

Annabel Desgrées du Lou

Jano Dupont

IKAMBERE

la maison qui relève les femmes



LES EDITIONS
DE L'ATELIER



“ IL FAUT BEAUCOUP DE DOUCEUR
ET D'AMOUR FACE À LA VIOLENCE
QUE SUSCITE LE VIH. ”

IKAMBERE

la maison qui relève les femmes

Annabel Desgrées du Loû a raconté une première fois le quotidien à l'association Ikambere dans un article «Des femmes africaines ensemble face à la maladie», *Études*, n° 4260, mai 2019

Les droits d'auteur de ce livre sont reversés à l'association Ikambere.

Tous droits réservés
© Les Éditions de l'Atelier/Éditions Ouvrières, Ivry-sur-Seine, 2019
ISBN 978-2-7082-4623-2

www.editionsatelier.com
www.twitter.com/editionsatelier
www.facebook.com/editionsatelier

Imprimé en France

Annabel Desgrées du Loû

Jano Dupont

IKAMBERE

la maison qui relève les femmes

LES EDITIONS
DE L'ATELIER



**Aux femmes d'lkambere
et à Chantal, qui avait leur force et leur joie.**

A D et J D.

PRÉFACE

Ikambere accueille les femmes et les aide à se redresser, mais ce sont les femmes, et elles seules, qui puisent au plus profond d'elles-mêmes la force d'avancer, malgré la maladie, malgré le secret, malgré l'éloignement et malgré la tristesse qui accompagne parfois les déracinés. Je ne suis pas la mère d'Ikambere, mais elle fait bel et bien partie de ma famille. Ikambere est avant tout une rencontre d'espoirs et d'engagements. Ceux de ses salariés, passés, présents et futurs. Ceux encore d'Abdon Goudjo, son président, et des personnalités qui ont accepté d'accompagner notre parcours. Les miens enfin, fruits d'une rencontre décisive dans les années 1990 entre mon histoire et celle de femmes africaines immigrées, frappées par la maladie, qui vivaient alors en France.

Ikambere est donc née il y a vingt-deux ans avec la volonté d'accueillir les femmes vivant avec le VIH, de leur offrir un lieu convivial et chaleureux où elles puissent enfin se reposer, prendre leurs médicaments, rire, pleurer, et tout simplement partager une parole, indicible à l'extérieur. C'est sur ce verbe, par lequel arrive l'annonce de la maladie et qui ensuite se fait plus rare, que je compte, pour que des liens se recréent et qu'ensemble les femmes se redressent et sortent enfin de l'exclusion.

Un continent d'origine ou une couleur de peau n'est pas synonyme d'uniformité, c'est une évidence, et pourtant elle semble souvent oubliée par ceux qui nous rencontrent pour la première fois. À Ikambere, chaque femme est unique, chacune nous arrive avec son histoire, son niveau social, d'études et sa culture d'origine. Toutes partagent cependant, lorsqu'elles franchissent pour la première fois la porte d'Ikambere, des conditions de vie très précaires, un isolement profond et un accès aux droits réduit ou nul pour toutes celles qui vivent « sans-papiers ». Le dernier lien tenu avec la société dans laquelle elles vivent est souvent le système de santé, rempart de fortune, avec l'hébergement d'urgence, au dénuement le plus total.

Cette détresse est d'autant plus cruelle qu'un fossé se creuse entre la réalité et l'image que la famille restée en Afrique se fait de la femme qui est partie et vit en France. Celle-ci devient l'espoir déçu de la communauté, qui ignore sa maladie et fantasme sa vie dans cet Eldorado.

Ikambere agit au quotidien pour permettre à chaque femme qui pousse sa porte de vivre dignement. Elle se bat pour permettre à une minorité, désignée comme telle en raison tout à la fois de ses origines, de son statut administratif et de sa maladie, de vivre la vie que connaît la majorité, ignorante ou indifférente de son sort. Comme un enfant choyé, Ikambere porte pour ces femmes plusieurs petits noms : « le village », « la maison blanche », « chez la tante », ou tout simplement « là-bas à Saint-Denis ».

Prouver aux femmes que tout n'est pas perdu et qu'un avenir s'ouvre à elles, tel est le défi des professionnels de la maison accueillante.

Quelle joie lorsque certaines parviennent à retrouver des savoir-faire et des emplois qu'elles occupaient au pays, cadres infirmières, assistantes sociales, secrétaires médicales, pharmaciennes .

Quelle fierté lorsque certaines, désormais indépendantes, nous disent « je n'ai jamais travaillé dans mon pays et ici je travaille », telle Béatrice qui, trois petites années après être arrivée de son pays au bord du gouffre et sans connaître un mot de français, travaille désormais dans un supermarché, a construit une famille, et soutient ses compatriotes nouvellement arrivées.

Grâce à Annabel Desgrées du Loû et Jano Dupont, à leur long travail de compréhension et à leur sensibilité, la parole et la mission d'Ikambere prennent vie, en tant qu'objet digne d'étude, de récit et du regard de tous. Je ne les remercierai jamais assez de nous avoir offert ce supplément d'âme et ce motif de fierté.

L'importance de leur travail à mes yeux tient également au partage qu'il permet. Ikambere doit prendre sa place dans la vie de la cité, elle le fait déjà par la formation, par l'accueil, mais j'ose espérer que le travail littéraire et artistique des auteurs de cet ouvrage contribuera encore davantage à la diffusion d'un savoir né des femmes et accumulé pendant plus de deux décennies.

Bernadette Rwegera

Fondatrice et directrice d'Ikambere

PRÉAMBULE : DU SÉNAT À SAINT-DENIS

Janvier 2018 : l'association Ikambere -- « la maison accueillante » en kinyarwanda, langue du Rwanda -- m'invite à participer à son dîner annuel organisé au Palais du Luxembourg, prêté par le Sénat, et à y parler de mes recherches. Comme toute personne qui travaille autour du VIH/sida, j'ai souvent entendu parler d'Ikambere. Cette association qui vient en aide aux femmes vivant avec le VIH, et qui accueille en très grande majorité des Africaines, a été fondée il y a plus de vingt ans par Bernadette Rwegera, Rwandaise, figure majeure de la lutte contre le VIH en France. Une grande dame qui a la réputation de ne pas se laisser marcher sur les pieds, et aussi de tenir un peu à longueur de gaffe tous les chercheurs en sciences sociales, souvent à la recherche de lieux « communautaires » où déployer leurs enquêtes.

Peut-être à cause de cela, je connais mal Ikambere. Lors de ce dîner au Palais du Luxembourg, qui est une occasion pour l'association de remercier ceux qui la soutiennent et de raconter son actualité, les témoignages des femmes accueillies succèdent aux présentations des professionnels (médecins, chercheurs...) et je suis frappée par la puissance et la justesse de ces récits. Ce n'est en rien la parole de femmes victimes venues humblement remercier pour ce qu'on leur a donné. C'est la parole de femmes puissantes qui se sont relevées, qui sont sorties du gouffre où les avait plongées l'annonce de la maladie, le rejet des leurs, l'exil. Voir ces femmes raconter cette renaissance sous les ors de la République, dans la superbe salle à manger du Palais du Luxembourg où s'active un bataillon de serveurs immaculés, rajoute encore à mon étonnement jubilatoire. Comment ces femmes ont-elles fait pour accomplir un tel chemin ? Que ce soit Bernadette, qui parle peu mais dirige tout, et dont on mesure la force de frappe au nombre de personnalités réunies ici et au lieu choisi pour cette réception, ou les femmes qui témoignent, belles, élégantes, qui parlent au micro avec assurance, sans donner le moins du monde l'impression d'être intimidées par cette assemblée.

Quelque temps après, je suis invitée à déjeuner dans les locaux de l'association Ikambere, à Saint-Denis. On est loin du Palais du Luxembourg et du 6^e arrondissement, mais je retrouve, dans la grande salle où une quarantaine de femmes déjeunent et discutent, le même socle : un repas partagé, l'efficacité discrète et maternelle de Bernadette, le sourire de Fatem-Zahra, la voix de stentor de Rose, les pagnes, les poussettes, les enfants qui passent d'une femme à l'autre. Après le déjeuner, Bernadette et Fatem-Zahra, son adjointe, m'exposent leur projet : réaliser un livre qui raconterait Ikambere et les parcours des femmes qui y sont accueillies. Elles s'adressent à moi pour les aider à l'écrire parce que la dernière recherche que j'ai dirigée portait sur le VIH/sida dans les parcours de vie d'immigrés africains en France¹. Mais la demande est très loin de mes activités de recherche habituelles, qui consistent à mener des enquêtes à large échelle pour analyser, chiffres à l'appui, les comportements, les situations de vie et leurs conséquences sur la santé.

Pourtant, j'accepte. Par curiosité et admiration. Pour comprendre ce qui relève ces femmes, une par une. Comment ça marche.

Pour répondre à cette question, j'ai rencontré et écouté chacune des personnes qui travaillent à Ikambere, et une partie des femmes qui y sont suivies. Cet ouvrage n'est pas un travail de recherche en sciences sociales. Il raconte l'épopée de ces femmes puissantes. Il explore une par une les étapes de ces retours à la vie.

S'il faut une étiquette, celle qui conviendrait le mieux à mon rôle dans cette histoire serait celle de griot, ou griotte au féminin : en Afrique de l'Ouest, celui ou celle qui raconte ou qui chante l'histoire d'une famille, les hauts faits d'une personne, d'un groupe. Sans pour autant perdre sa liberté de parole.

Tandis que j'écrivais ces histoires de femmes, mon fils dessinait d'autres histoires d'hommes et de femmes de pays dont il revenait. Je lui ai raconté Ikambere et il en a fait un dessin, puis deux, puis il est venu à Saint-Denis et s'est posé dans un coin avec son carnet et ses

¹ Annabel Desgrées du Lou et France Lert (dir.), *Parcours : Parcours de vie et santé des Africains immigrés en France*, Paris, La Découverte, 2017.

crayons. Ses images racontent souvent mieux qu'un long discours la richesse de l'instant, les petites choses du quotidien. Avec Bernadette et Fatem-Zahra, nous lui avons alors demandé de nous accompagner pour donner corps à ces vies qui se déploient.

Annabel Desgrées du Loû



INTRODUCTION

Ikambere est une association fondée en 1997 par Bernadette Rwegera, rwandaise. Créée au cœur des « années sida » et installée à Saint-Denis au nord de Paris, Ikambere accueille et accompagne les femmes touchées par cette maladie, qui en Île-de-France sont pour la plupart africaines. Ces femmes cumulent la double peine de l'exil et de la maladie. Loin de leurs repères, de leurs familles et de leurs réseaux, elles ont rejoint des maris à peine installés en France ou sont venues seules « tenter leur chance », et vivent dans des conditions précaires. C'est généralement une fois en France, à l'occasion d'une grossesse ou d'un bilan de santé ou parce que leur enfant est malade, qu'elles découvrent qu'elles ont le virus du sida. Dans les années 1990, cela équivaut à une annonce de mort, et c'est pour faire face à cette déflagration que ces femmes africaines se rassemblent autour de Bernadette.

Vingt-deux ans plus tard, des progrès colossaux ont été faits dans le domaine médical, il existe désormais des traitements qui permettent de contrôler le virus. On ne meurt plus du sida, mais il faut apprendre à vivre avec ce virus et les traitements qu'il impose. En revanche, s'installer en France reste un parcours du combattant : les femmes qui arrivent sans connaître personne, de plus en plus nombreuses car elles fuient des pays où elles sont en danger, doivent trouver où dormir, chercher un travail pour se nourrir. Quand elles apprennent qu'elles sont séropositives, elles le cachent car, même si cette maladie peut être aujourd'hui traitée, elle suscite toujours angoisse et rejet, en particulier dans la communauté africaine. L'association Ikambere, qui a pris de l'ampleur, continue à accueillir, consoler, relever ces femmes qui arrivent fracassées dans ses locaux de Saint-Denis.

Ce qui s'y passe témoigne de la puissance de vie de ces femmes immigrées confrontées aux aspects les plus durs de l'exil. Initiée par des femmes pour des femmes, l'expérience menée à Ikambere est riche d'enseignements sur ce qui remet debout après l'exil et la maladie. On racontera ici les ingrédients majeurs de la recette de cette « maison » où l'on

reprend pied : l'accueil inconditionnel et chaleureux, autour d'un repas, comme en famille, le partage avec d'autres qui sont passées par les mêmes difficultés, l'équipement – acquérir les clés pour s'installer en France et pour vivre avec sa maladie ; l'importance des moments de fête et de joie. Car Ikambere est un lieu de joie, on y rit beaucoup, même et surtout quand on y est arrivé en pleurant.

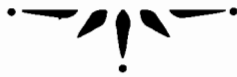
Les plus âgées s'appellent elles-mêmes des femmes-roseaux car, pour reprendre les mots d'Hortense : « Le roseau c'est la tige qui pousse dans les marécages. Il plie mais ne casse pas. Ce nom dit que le sida voulait nous emporter mais il n'a pas pu. Nous sommes toujours debout. »

Entrons dans l'histoire de ces femmes debout



Chapitre 1

**AU DÉPART :
UNE RENCONTRE ENTRE
FEMMES BATTANTES**





kambere est née de la rencontre entre Bernadette et un groupe de femmes touchées par le virus du sida, en 1995, en France, au plus fort de l'épidémie. L'énergie de l'une a pu faire émerger le courage et la volonté d'avancer des autres, à un moment où peu de moyens étaient disponibles pour aider les personnes frappées par cette maladie.

BERNADETTE : DE L'ANTHROPOLOGIE À L'ENGAGEMENT ASSOCIATIF

Bernadette Rwegera arrive en France en 1989. Elle vient, avec ses enfants, rejoindre son mari qui fait sa thèse de doctorat à Paris. Au Rwanda, elle a été professeure en lycée, formatrice en nutrition, mais elle voudrait reprendre des études et rêve de faire de la haute couture à Paris, capitale de la mode. Elle coud déjà beaucoup, fait ses robes, celles de ses enfants. Elle cherche un atelier, mais finit par renoncer devant le coût de la formation. Elle se tourne alors vers l'anthropologie et s'inscrit en maîtrise à l'École des hautes études en sciences sociales. Au moment de choisir un sujet de mémoire, son mari, qui travaille à l'Organisation panafricaine de lutte pour la santé,

l'Opals, lui propose de s'intéresser aux femmes africaines touchées par le sida. On est en 1995, l'épidémie de VIH/sida s'installe sur le devant de la scène et, en France, on commence à réaliser qu'elle ne concerne pas seulement le monde gay mais touche aussi beaucoup un groupe bien mal connu : les femmes venues d'Afrique. Dans certains pays du continent africain, l'épidémie est en train de devenir une catastrophe sanitaire, économique, sociale. On ne sait pas encore la soigner, mais on a compris ses modes de transmission : par le sang, les rapports sexuels, le lait maternel. Le virus du VIH avance silencieux, on peut le porter des années sans le savoir, mais quand il a suffisamment décimé le système immunitaire, un cortège de maladies apparaît. En 1995, avant la mise au point des premiers traitements qui n'arriveront qu'un à deux ans plus tard, c'est encore la mort assurée. Les médecins hésitent à proposer un test de dépistage car, en cas de résultat positif, ils sont démunis. Chez les hommes, il faut en général attendre le stade sida, quand la maladie est très installée, pour que le diagnostic soit fait. Chez les femmes, la situation est très différente.



Les femmes enceintes sont les premières chez qui on peut organiser des dépistages à grande échelle, en utilisant la prise de sang qui est faite systématiquement dans le cadre de la surveillance de la grossesse pour déceler une éventuelle syphilis et la traiter avant la naissance. C'est donc à partir de cette surveillance que l'on va suivre l'évolution de cette nouvelle épidémie, le VIH/sida. On découvre ainsi que dans de nombreux pays africains, l'épidémie touche « Madame tout le monde » et n'est pas du tout circonscrite à des groupes à risque. En Côte d'Ivoire, dans les consultations prénatales des grandes villes, une femme enceinte sur sept est séropositive. De nombreuses femmes africaines apprennent ainsi, à l'occasion d'une grossesse, qu'elles

sont atteintes par ce virus, bien avant d'éprouver les symptômes de la maladie, et à un moment où personne dans la famille n'est malade.

Sans espoir de traitement, ce diagnostic est perçu comme un arrêt de mort, tant pour les patients que pour les médecins et les autres professionnels de santé, très démunis. Mais il entraîne aussi le vide autour de soi : les amis s'éloignent, les conjoints font chambre à part, quand ils ne s'en vont pas. Cette maladie, parce qu'elle terrifie tout le monde, met au ban de la société. On a compris qu'elle se transmettait par les fluides corporels, les malades sont donc mis à l'écart. Au sein des familles, ils sont souvent contraints à prendre leurs repas à part, à avoir leur propre vaisselle, leur propre linge.

Les histoires de femmes répudiées par leur mari après avoir découvert qu'elles étaient séropositives pour le VIH se multiplient. Ultime renoncement : on leur conseille de ne plus avoir d'enfant car, sans traitement, une femme qui a le virus du VIH a un risque de 25 % de le transmettre à l'enfant qu'elle porte.

En 1995, ce contexte est mondial : au nord comme au sud, en Afrique comme en Europe ou aux États-Unis, se découvrir séropositif pour le VIH c'est rencontrer l'impuissance des médecins et causer de la peur. En France, face à ce cataclysme, la communauté homosexuelle se mobilise, serre les rangs, déploie des trésors d'accompagnement pour les malades. Puisqu'on ne peut pas soigner, il faut prendre soin. Mais les femmes africaines qui vivent en France et qui sont touchées par le VIH ne rencontrent pas cette mobilisation de l'entourage. Terrifiées à l'idée que leur famille apprenne la nouvelle, elles se taisent. Cet isolement est renforcé par l'exil : bien souvent, elles sont arrivées en France avec peu d'amis, peu de famille. Elles doivent faire face seules et, quand leur enfant est malade, c'est à la maladie de l'enfant qu'elles consacrent toutes leurs forces.

**EN 1995, SE DECOUVRIR
SÉROPOSITIF
C'EST RENCONTRER
L'IMPUISSANCE
DES MÉDECINS ET
CAUSER DE LA PEUR.**

La seule association qui existe alors et qui rassemble quelques femmes touchées par cette maladie est Sol En Si¹, créée autour des enfants atteints par le sida. Au sein de cette association où les femmes ne viennent qu'en tant que mères, Bernadette Rwegera est chargée d'accueil et propose un « club solidarité » un après-midi par semaine, où les femmes peuvent parler entre elles, dans une salle à côté de l'hôpital Robert-Debré (Paris 19^e). Bernadette apporte des gâteaux qu'elle a préparés elle-même. Les participantes se mettent aussi à apporter des pâtisseries, des boissons. Ces femmes, jusque-là très isolées, ont enfin un espace et un temps où elles sont accueillies, où elles partagent leurs recettes et leurs inquiétudes, leurs joies et leurs difficultés.

À la fin de la mission de Bernadette, le groupe continue à se réunir chez l'une ou chez l'autre, à prendre des repas ensemble. Au Noël qui suit, Bernadette organise une fête avec un partage de cadeaux : toutes apportent des petites choses emballées, on tire au sort les paquets pour en offrir à chacune. Une semaine après, le 31 décembre 1995, Bernadette est chez elle et reçoit un appel : les femmes de ce petit groupe se sont réunies chez l'une d'entre elles, Odile, pour fêter le réveillon. Bernadette jubile : elles sont capables de se réunir sans elle ; elles forment un groupe solidaire, une famille ; elles ont quitté ce soir-là leurs maris pour se retrouver entre elles.

Dans les mois qui suivent, les femmes continuent à se retrouver et à prendre des repas ensemble chez Odile. Bernadette, elle, a trouvé un autre travail dans une « maison des femmes » dans une ville de la banlieue parisienne, une structure qui s'occupe de femmes victimes de violences. Bernadette y est vite mal à l'aise. Elle trouve que les solutions proposées aux femmes ne tiennent pas toujours compte de leurs réalités : aux femmes victimes de violence conjugale, on propose parfois

1 Solidarité Enfants Sida. www.solenssi.org



*Ces femmes ont enfin
un espace où elles
partagent leurs joies
et leurs difficultés.*

des hébergements très loin de là où elles ont leur réseau. Comment ces femmes feront-elles garder leurs enfants pour aller travailler si elles n'ont pas autour d'elles des voisines ou amies de confiance ? Au sein de la structure, on ne l'écoute pas assez quand elle soulève ces questions. Elle qui a déjà une trentaine d'années, trois enfants, qui a travaillé au Rwanda puis repris un cycle d'études supérieures en France, elle est traitée en exécutante, et ne se sent pas à l'aise dans cette ambiance de relations autoritaires, pouvant aller jusqu'au manque de respect et à l'agressivité verbale.

Elle est restée en contact avec le groupe de femmes qu'elle avait suivi à Sol En Si : pourquoi ne pas monter une association pour ces femmes, porter elle-même un projet ? Forte de ces expériences, elle veut monter elle-même une structure plus accueillante, à la fois pour les personnes qui sont reçues et pour celles qui y travaillent, une structure qui prenne en compte les femmes dans l'entièreté de leurs besoins. Elle n'a aucune formation au montage de projet, ne sait pas faire un budget. Elle dira plus tard que c'est cette naïveté qui l'a sauvée car elle s'est engagée dans cette aventure avec la force de l'inconscience. Elle rencontre une collègue de son mari à l'Opals, et lui demande : « Comment monte-t-on un dossier de projet ? » Elle discute avec les uns et les autres, prend conseil. Un médecin lui suggère de se tourner vers Saint-Denis car il y a déjà beaucoup d'associations d'aide aux personnes vivant avec le VIH à Paris. Elle rencontre le médecin de la direction départementale des Affaires sanitaires et sociales, la Ddass, qui lui propose de venir leur exposer son projet à Saint-Denis. À la fin de cette présentation, la Ddass donne son accord pour un premier financement, correspondant à la moitié de ce que Bernadette demandait, et propose un point au bout de trois mois. Le projet est lancé.

Il reste à trouver un local. Ceux que la mairie de Saint-Denis lui propose ne lui conviennent pas, elle les trouve laids, tristes, vétustes.

**LES SOLUTIONS
PROPOSÉES AUX FEMMES
NE TIENNENT PAS
TOUJOURS COMPTE
DE LEURS RÉALITÉS.**

Elle fait le siège de la mairie, obtient un entretien avec le maire sans rendez-vous, en restant piquée devant sa porte : « Monsieur le Maire, les personnes chargées de me trouver un local ne me proposent que des lieux pourris. On ne peut pas recevoir des femmes séropositives dans ces conditions. » Une semaine après, il lui est mis à disposition un appartement de 74 m², correct, dans la cité des Cosmonautes à Saint-Denis. Trois mois après, lorsque l'inspectrice de la Ddass vient comme convenu juger sur place de ce qui s'y passe, toutes les femmes séropositives accueillies sont là. Elles ont préparé elles-mêmes un repas à l'africaine, dans l'abondance : samoussas, pastels... L'inspectrice voit ces femmes qui s'activent, qui ont pris en main leur association. Elle est convaincue.

Trente femmes sont alors accueillies. L'association tourne grâce à trois personnes : Bernadette, Samia, une éducatrice de la maison des femmes où elle travaillait auparavant qui l'a rejointe, et Odile, celle qui avait organisé le réveillon du 31 décembre chez elle. Pendant deux ans, Ikambere sera un projet au sein de l'Opals. Bernadette apprend au fur et à mesure à faire des demandes de financement, à construire des budgets. En 1999, Ikambere se constitue en association indépendante.

Vingt ans plus tard, Ikambere est devenue une association phare dans la lutte contre le VIH et l'accompagnement des femmes touchées par cette maladie. Chaque année, près de cinq cents femmes sont accompagnées, et cent cinquante nouvelles sont accueillies. Depuis sa création, l'association a aidé plus de 3 500 femmes à reprendre pied.

Au fil des années, les activités se sont diversifiées : en plus de l'accompagnement des femmes qui en poussent la porte, Ikambere assure des permanences dans douze hôpitaux d'Île-de-France et dans douze foyers de travailleurs, pour parler prévention du VIH, convaincre les

**“ MONSIEUR
LE MAIRE, LES
PERSONNES CHARGÉES
DE ME TROUVER
UN LOCAL NE ME
PROPOSENT QUE DES
LIEUX POURRIS. ”**

hommes et les femmes venus d'Afrique de faire le dépistage, les rassurer et les accompagner lorsque le résultat est positif. Vingt-trois personnes y travaillent : assistantes sociales, médiatrices de santé, cuisinière, mais aussi coach sportif, esthéticienne, couturier, gestionnaire, etc.

Ikambere fait désormais partie du « paysage institutionnel » en matière de santé et d'action sociale en Île-de-France. Ses financements viennent pour moitié des pouvoirs publics (Direction générale de la santé, Agence régionale de santé d'Île-de-France, agence Santé publique France, département de Seine-Saint-Denis, région Île-de-France) et pour moitié de fondations privées et de mécènes.

Ainsi, ce qui n'était au départ qu'une petite association d'accueil des femmes africaines vivant avec le VIH est devenu un acteur à part entière de la lutte contre le VIH en Île-de-France, un lieu d'expertise reconnue sur la sensibilisation au VIH/sida. De la rencontre entre l'énergie de Bernadette à son arrivée en France et le courage d'Odile et de quelques femmes frappées par le VIH dans les années noires de l'épidémie est né Ikambere, aujourd'hui partenaire des services de maladies infectieuses dans les hôpitaux, des centres de dépistage des infections sexuellement transmissibles, des foyers de travailleurs, et plus généralement de tous les acteurs qui cherchent à parler à la communauté africaine du VIH/sida.

DERRIÈRE IKAMBERE, UNE HISTOIRE TOUTE PERSONNELLE

Les chapitres qui suivent vont revenir sur la façon dont les différentes activités sont orchestrées à Ikambere. Mais, comme dans un orchestre, la couleur est donnée par le chef d'orchestre. Il est difficile de comprendre l'esprit d'Ikambere sans s'arrêter un moment sur l'histoire de Bernadette Rwegera. Histoire qu'elle raconte peu, sur laquelle elle reste très pudique, mais qu'elle a accepté de me

confier lorsque j'ai demandé naïvement des éléments pour mieux comprendre la philosophie de cette association. Je n'avais alors pas idée qu'Ikambere plongeait à ce point ses racines dans sa propre histoire et je remercie Bernadette d'avoir accepté que je cite ici son témoignage, car il dit mieux que tous mes mots le cœur d'Ikambere

« Si j'ai créé Ikambere, c'est sans doute aussi – mais pas seulement ! – parce que j'ai perdu une de mes sœurs à cause du sida. Nous étions très proches. Elle était plus belle que moi. Quand elle est tombée malade, j'étais mariée, j'avais deux jeunes enfants, Damien [mon mari] était en France pour ses études. Je me suis occupée d'elle pendant toute sa maladie. Je la lavais, je lui apportais tout ce qu'elle voulait. J'étais là tous les jours, sauf la nuit car je devais m'occuper de mes enfants. Je lui préparais tous les plats dont elle avait envie. Je faisais de la mayonnaise sur place à l'hôpital car elle aimait ça. Je voulais lui changer les idées. Je lui parlais de l'avenir. "Tu verras, je vais partir en France, rejoindre Damien. Je t'enverrai des belles robes, nous serons heureuses."

Mais malgré tout ce que j'ai fait pour elle, je réalise que ma sœur se sentait seule. Je l'accompagnais pour qu'elle guérisse mais je ne l'ai pas accompagnée vers la mort, et elle se sentait seule sur ce chemin-là. Elle a fait une allergie à un des traitements qu'on lui avait donné, du coup le médecin a tout arrêté et a remis les traitements un par un pour voir celui auquel elle était allergique, mais ça l'a tuée car, à partir de ce moment-là, sa santé s'est dégradée.

**ON DOIT LES
ACCOMPAGNER
DANS LE RESPECT DE
LA SOUFFRANCE DE
CHACUNE.**

Cela m'a rendue perméable à la solitude intérieure de ces femmes qui vivent avec le VIH. Cela m'a rendue humble par rapport à ces femmes. On doit les accompagner dans le respect de la souffrance de chacune. Chacune a un parcours unique ; je fais l'effort de connaître le prénom de chacune.

L'expérience de la maladie et de la mort de ma sœur, en 1989, reste présente. Ikambere n'est pas seulement un travail pour moi. Il y a de l'amour pour chaque femme. On ne peut pas partir le vendredi en se disant qu'une femme va peut-être passer le week-end dans la rue. Ces femmes font parfois des bêtises, mais je les aime. La maladie de ma sœur m'a montré aussi mes défaillances. Je lui apportais ce dont elle avait besoin matériellement, mais lui ai-je apporté ce dont elle avait besoin psychologiquement ?

En revanche, ça a complètement changé mon rapport aux personnes vivant avec le VIH. Avant elle, je ne voulais pas accueillir chez moi les malades du VIH. Damien, mon mari, avait un très bon ami que je savais infecté. Quand il venait, je lui donnais une serviette, et après l'avoir lavée je la gardais à part dans un placard et je ne la donnais à personne d'autre. Aujourd'hui, cette serviette est avec toutes mes autres serviettes. Tout le monde s'en sert.

Une fois ma sœur partie, j'avais une grande tristesse et en même temps j'avais peur, j'étais angoissée d'avoir pu contracter son virus en m'occupant d'elle. J'en ai parlé à Damien qui m'a rassurée en me disant que le virus ne s'attrape pas comme ça. Je n'y pensais pas souvent et j'en parlais peu. Mais en 1993, année où j'étais enceinte de mon fils, en France, une batterie de tests a été réalisée, dont celui du VIH que le médecin a prescrit sans m'en parler plus que cela. J'ai juste vu que le VIH était sur la liste des tests. J'étais terriblement angoissée, j'ai perdu 4 kilos, car je me suis souvenu de tout ce que j'avais partagé avec ma sœur. Lors de la consultation, le médecin n'avait pas encore reçu les résultats pour le VIH et la toxoplasmose. Je me disais : "Pourquoi les autres résultats sont là et pas ceux-là ?" Puis il a demandé devant moi à la secrétaire d'aller les chercher. Elle les avait reçus le matin. Il a dit comme si de rien n'était : "Négatif, négatif bien sûr !" Naturellement.

**“ IL FAUT BEAUCOUP
DE DOUCEUR ET
D'AMOUR FACE À LA
VIOLENCE QUE SUSCITE
LE VIH. ”**

L'esprit d'Ikambere, c'est de s'adresser à des personnes Elles souffrent tellement qu'il faut leur montrer un grand respect pour les guérir. Se mettre à leur service. Le regard porté sur chacune est important. Il faut respecter leur singularité. Il faut beaucoup de douceur et d'amour face à la violence que suscite le VIH. Les femmes qui arrivent ici sont en colère. Il faut entendre cette colère et la calmer.

Il faut aussi impliquer les femmes pour qu'elles voient qu'elles ont leur place ici, qu'elles sont actrices de ce qui s'y passe et qu'elles ne sont pas seulement des "ayants droit". J'essaie de gérer l'association comme une famille. Celles qui parlent mal aux autres, qui se bagarrent, doivent être exclues. Elles ne peuvent pas rester. »

Bernadette est arrivée du Rwanda en France en 1989, a créé Ikambere en 1997. Je ne pouvais pas ne pas lui demander ce qu'il s'était passé pour elle et sa famille au moment du génocide. Pudeusement, elle dira juste : « Je l'ai vécu à distance, mais ça n'enlève pas la douleur. La nuit, je rêve encore que je cours et qu'une balle me transperce. À cause de cette guerre sans doute, je ne supporte pas les pleurs. Les femmes le savent. Elles pleurent devant moi quand elles veulent obtenir quelque chose. »

Cette histoire douloureuse, la plupart de celles et ceux qui passent à Ikambere, y travaillent ou y sont accueillis ne la connaissent pas. Mais elle éclaire le regard que Bernadette porte sur chaque femme, et les principes qui dirigent l'association.



Chapitre 2

**RETROUVER
UNE MAISON**





Tout l'esprit, la vocation, la mission principale de l'association est dans ce nom : Ikambere. Littéralement en kinyarwanda : « la maison située devant les autres ». Au village, dans la concession, c'est la première case, la maison des parents, celle qui accueille toute personne qui arrive. Les cases des enfants sont plus loin, derrière, à l'intérieur de la concession. Ika-Mbere, c'est la porte d'entrée dans la famille, la communauté, l'interface entre l'extérieur et l'intérieur, le public et le privé.

Le premier signe de l'accueil, de l'hospitalité, c'est le repas. Il est le cœur battant d'Ikambere. Dans la grande salle à manger sur laquelle donne la cuisine, un repas est préparé chaque jour pour une cinquantaine de couverts. Toute personne qui passe, femme accompagnée, professionnel, visiteur, est accueillie à la « cafétéria » (c'est ainsi qu'on appelle la salle à manger) et partage le repas.

Il n'est pas nécessaire de s'être annoncé. Celui ou celle qui arrive est invité, s'assoit à table, et est servi par l'équipe, directrice en tête : Bernadette, Rose, Concessa, Nadia...

« On est servi, comme si on était en famille. En France, avec la précarité, il n'y a plus de repas en famille. Ici, on est accueilli, à la cafétéria. Il y a toujours de la nourriture pour tout le monde », assure Rose

Bernadette met un point d'honneur à ce que les assiettes soient belles, bien présentées, les renvoie éventuellement à la cuisine si elles sont mal dressées.

Le repas nourrit le corps – et certaines femmes n'ont parfois que ce repas-là dans la journée –, mais il nourrit aussi le cœur. Les nouvelles arrivantes sont confiées à des anciennes, on discute, on plaisante, on rit beaucoup. On parle des enfants, de la vie en France. Souvent, les hommes, si rares à Ikambere, sont au cœur des conversations.

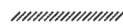
Mardi 24 juillet. Une jeune femme enceinte jusqu'aux yeux explique qu'un de ses amis, qui vient d'arriver d'Italie, très beau garçon, cherche une femme avec des papiers en règle pour l'épouser et pouvoir vivre en France. Il se lamente sur la dureté des femmes : « Les filles en France ne me regardent même pas, *deh!* » La jeune fille rassure l'auditoire sur la situation de cet homme par rapport au titre de séjour : « Lui aussi, il a des papiers et tout ce qu'il faut, mais ce sont des papiers pour l'Italie. » Les plaisanteries fusent sur cet homme qui cherche une femme, par ces femmes qui pour beaucoup d'entre elles cherchent un homme à aimer. Hortense, 68 ans, se propose. Tout le monde rit et Hortense fait semblant de s'offusquer : « Il cherche, je cherche, où est le problème ? »

Dans un coin de la pièce, des tables rondes sont réservées aux femmes accompagnées de leurs enfants. Les enfants jouent, passent de table en table, viennent chercher des câlins par-ci par-là, font un bout de conversation. Un grand de 7 ou 8 ans joue avec un petit qui





*Le repas est le cœur battant
d'Ikambere.*



apprend tout juste à marcher. C'est une vie de famille qui se tisse ici, autour de la préparation du repas.

Car toutes peuvent participer à la cuisine : dès 11 heures du matin, celles qui le souhaitent s'installent pour éplucher les légumes, mettre le couvert. Aucune obligation, pas de règles, pas d'organisation au cordeau : juste l'affairement tranquille des maisonnées. Comme dans tout foyer, la cuisine est le cœur du réacteur. C'est là qu'on vient s'occuper les mains et la tête en pelant, coupant, débitant. C'est là que les confidences se font. À côté de celles qui préparent, d'autres sont assises, juste pour discuter. Les enfants courent autour, grappillent un peu à manger, salissent, chahutent. On essuie leurs bêtises et la conversation reprend. La vie

Le repas partagé ensuite est riche de tout ce temps passé ensemble. Comme le dit Concessa, une des assistantes sociales : « Peu à peu, parce qu'on mange ensemble, les femmes confient des choses qu'elles n'auraient pas confiées dans un entretien purement professionnel avec l'assistante sociale. Le mari mort du VIH, les grossesses qui ont coulé [les fausses couches], les enfants décédés. C'est cette proximité qui permet d'aider mieux les femmes, même si c'est difficile à gérer d'un point de vue professionnel. Cela permet de dépasser les besoins exprimés (absence de logement, attente de papiers) pour discerner les besoins plus profonds : ressentir lorsque l'une a besoin de parler, d'être rassurée. Discerner les fragilités et les forces pour mieux les porter et les aider. »

**PEU À PEU,
PARCE QU'ON MANGE
ENSEMBLE, LES FEMMES
CONFIENT DES CHOSES
QU'ELLES N'AURAIENT
PAS CONFIEES DANS UN
ENTRETIEN PUREMENT
PROFESSIONNEL. ”**

Avant tout, Ikambere est un lieu de vie où l'on n'est plus seule avec ses problèmes. Un lieu pour rompre l'isolement, où chacune se sent entourée. Un point majeur pour garder ce caractère d'accueil familial est le fait de ne pas avoir à s'inscrire à l'avance au repas. Nul besoin de programmer ou de prévenir. Les horaires sont souples :

toute personne qui arrive entre midi et 17 heures trouvera de quoi se nourrir. Chaque matin, Fatou, la cuisinière, prépare à manger pour environ cinquante personnes. Le vendredi, elle prévoit même une centaine de repas car c'est jour de distribution de colis alimentaires à Ikambere, elle sait que l'affluence va doubler. « Si certaines arrivent tard et qu'il ne reste plus rien, on se débrouille, on fait réchauffer ce qui reste d'un autre repas, on fait des œufs, des pâtes. Par contre, lorsqu'il y a des restes qu'on ne peut pas garder, on les donne à celles qui sont au 115 [en hébergement d'urgence] pour leur repas du soir » Fatou a elle aussi connu des moments difficiles. Malgré l'énorme travail que représentent les courses, la cuisine chaque semaine, elle dit avoir trouvé ici une famille, et la force d'affronter ses propres difficultés « Ici, tu peux parler du bonheur et du malheur, comme dans une famille. Il n'y a que dans une famille qu'on peut faire ça. Et donner à manger à celles qui ont faim me soulage, ça me donne du moral et du courage »

Fatou est aidée par Laura, diététicienne. Chaque mardi, elles préparent ensemble les menus de la semaine. Tout l'enjeu est d'imaginer des recettes dans lesquelles les femmes, pour la très grande majorité venues d'Afrique, retrouvent des saveurs et des odeurs connues, tout en respectant un bon équilibre diététique. Chaque repas est composé d'une entrée à base de crudités, d'un plat principal avec à la fois des féculents et des légumes et d'un dessert (laitage ou fruit). Souvent, ces menus sont une nouveauté pour ces femmes qui arrivent de pays où les légumes sont rares, chers, et peu utilisés dans la cuisine autrement qu'en « sauce ». Pour changer les habitudes alimentaires de ces femmes déjà malmenées par la vie, il faut y aller par petites touches. Laura intervient sur des petites choses : éviter de rajouter du cube Maggi (trop gras et trop salé) dans la sauce vinaigrette, par exemple. Garder le riz comme base, mais l'accompagner de légumes. Depuis dix ans qu'elle intervient

à Ikambere, elle voit évoluer petit à petit l'attitude des femmes par rapport à la nourriture « Aujourd'hui, ce n'est plus un drame quand il n'y a pas de riz. C'était le cas avant »

Pour accompagner les femmes dans ce changement, Laura ne se place pas en « experte » de la diététique. Elle participe à la préparation, coupe les légumes avec les femmes. C'est un temps tout simple, pour parler, partager, échanger. Lors d'une fête de Noël, elle a fait parler chacune sur les menus de fête dans son pays. « C'est ce que j'aime ici. Avec les menus et les conversations sur la cuisine, on partage les cultures. On apprend chaque jour », dit-elle.

Régulièrement, des professionnels de tous types sont invités à partager le repas et à prendre un temps de « questions-réponses » avec les femmes. Une femme médecin, par exemple, est invitée à parler de la ménopause, expliquer ce qui se passe à ce moment-là, les conséquences dans la vie des femmes. Très librement, chacune peut lui poser des questions, commenter, donner son avis. Des médecins spécialistes du VIH sont souvent invités. Ils expliquent, littéralement « entre la poire et le fromage », les derniers traitements disponibles du VIH, les éventuels effets secondaires, ils répondent aux inquiétudes. Lorsque leurs termes sont un peu techniques, Rose ou Bernadette traduisent en un français compréhensible par toutes. La seule règle imposée est de ne pas poser de questions personnelles concernant son propre traitement. Il ne s'agit pas d'une consultation.

Ainsi, à la fois porche d'entrée et cœur d'Ikambere, le repas incarne les piliers de son action : l'accueil inconditionnel (pas d'inscription, chacune est bienvenue), le respect des contraintes de chacune (pas d'horaire imposé), le foyer pour reprendre des forces (un repas pour nourrir le corps, la présence des autres pour nourrir le cœur) et le lieu d'apprentissage (petit à petit, apprendre à manger plus sainement,

au cours des conversations comprendre ce qu'il est possible de faire pour mieux vivre avec la maladie, mieux vivre en France).

L'histoire d'Awa montre la place décisive du repas, qui a été le signe qu'elle était « arrivée à la maison », véritable lumière dans l'errance où elle se trouvait alors.

Awa

33 ANS, LA BENJAMINE

Awa est arrivée en France à 22 ans, en 2010. Alors qu'elle vivait en Côte d'Ivoire, à Abidjan, une connaissance de sa mère, au marché, lui promet un poste de bonne, pour s'occuper des enfants d'une famille ivoirienne à Paris. Awa arrive avec un visa de tourisme, via l'Italie, son employeur la fait passer pour sa fille.

Au bout de quelques mois à Paris dans cette famille, elle souffre de violents maux de tête et va consulter à l'hôpital Lariboisière (Paris 10^e) où elle est diagnostiquée infectée par le VIH. Elle est alors mise à la porte par la dame qui l'emploie, qui craint qu'elle ne contamine ses enfants, et se retrouve à la rue. Elle tombe malade, est hospitalisée pour une pneumopathie, est prise en charge par le Samu social et logée en appartement thérapeutique¹. La médecin du Samu social lui conseille d'aller à Ikambere et l'y amène elle-même, dans sa propre voiture. Awa est pleine de gratitude envers cette

¹ Ce sont des appartements relais, proposés à titre temporaire par le service d'action sociale aux personnes en situation de fragilité sociale ou psychologique et qui nécessitent un suivi médical.



médecin qui prend toujours le temps de l'écouter, de lui expliquer tout ce qu'elle ne comprend pas, même maintenant, huit ans après.

À son arrivée à Ikambere, Awa est encore sous le coup de toutes les trahisons qu'elle a vécues : elle a été jetée dehors, mise au rebut. Elle est paniquée de voir tout ce monde, n'ose pas entrer dans la cafétéria, pleure. Bernadette la prend dans son bureau et lui sert un repas, reste avec elle pendant qu'elle mange. Lui dit : « C'est votre maison. »

Elle reste à Ikambere, y passe ses journées, y devient bénévole. Elle est la benjamine. Bernadette la prend d'abord comme coiffeuse à La Main fine, le chantier d'insertion qu'elle a monté en parallèle. À Abidjan, elle tressait les cheveux. Elle pense d'ailleurs que c'est là qu'elle a été infectée, avec les outils tranchants des salons de coiffure. Elle devient salariée du salon de coiffure de La Main fine, et cela lui permet d'obtenir son titre de séjour. Au bout de trois ans, elle trouve un CDI comme agent de propreté dans une entreprise. Aujourd'hui, elle est toujours en CDI, travaille six heures par jour et a obtenu une carte de résident de dix ans. Elle est passée d'un appartement thérapeutique à son propre appartement, obtenu par la mairie de Saint-Denis grâce à son salaire et à la carte de résident.

Elle est « installée », mais elle continue à venir à Ikambere car ici on la conseille, on l'accompagne. C'est la seule association où il y a un repas chaque jour, et surtout un partage après le repas.

Au début, elle refusait l'idée d'être malade, refusait le traitement contre le VIH. Elle avait un mal fou à prendre ses cachets. À Ikambere, elle a trouvé une famille qui la considère comme son enfant. Elle voit d'autres femmes qui, malgré le VIH, ont des enfants, se marient. Cela l'aide à accepter sa maladie. Elle apprend à manger

des légumes et des fruits grâce aux conseils diététiques, lors des échanges à la cafétéria. Alors qu'elle ne mangeait que du riz, ici, elle a changé son alimentation et n'imagine plus un repas sans légumes.

Elle est une fidèle des activités proposées au sein de l'association : les séances de socio-esthétique avec les soins du visage, les sorties à la plage... « Les femmes sont toujours coquettes. À cause de la maladie, on doit toujours être bien propres. Ici, on ne s'ennuie pas. C'est la vie. Tout ce qui vient sur ma route, je suis partante. »

En parlant de Bernadette, qu'elle appelle « Maman », elle dira : « On est dures de caractère mais elle nous comprend. Bernadette s'arrange pour régler tous nos problèmes. Quand j'étais à la rue, elle appelait un à un les hôtels [sociaux] si nécessaire. »

Après avoir retrouvé une maison, il faut reprendre confiance en soi. C'est l'étape suivante : retrouver l'espoir, croire qu'un avenir est possible. La rencontre avec d'autres femmes qui sont passées par les mêmes épreuves et qui s'en sont sorties va être déterminante.

ICI, ON NE
S'ENNUIE PAS. C'EST
LA VIE. TOUT CE QUI
VIENT SUR MA ROUTE,
JE SUIS PARTANTE.



Chapitre 3

LA PREUVE PAR LES PAIRES





Les paires, ce sont les semblables, celles qui vivent les mêmes choses, auxquelles on peut s'identifier. Le logo d'Ikambere présente deux visages de femmes qui se ressemblent comme des sœurs, sur fond de continent africain. Rencontrer des sœurs qui sont juste un peu plus loin sur le même chemin permet d'avancer. Ikambere va beaucoup jouer sur ce levier de résilience qu'est l'identification à celles qui ont réussi.

« LEUR NOUS EST PLUS FORT QUE NOTRE VOUS »

Après l'accueil qui rassure et le repas qui nourrit le corps, ce que toutes les femmes que j'ai interrogées soulignent, c'est la révélation qu'a été pour elles le fait de voir que d'autres femmes, arrivées là avant elles et qui avaient connu les mêmes épreuves (se découvrir infectées par le VIH, être complètement isolées par rejet ou crainte du rejet, ne pas savoir où aller), étaient vivantes, et bien vivantes. Cette identification possible aux paires qui se sont relevées de l'épreuve change la donne. Assita, arrivée du Burkina en 2012, alors qu'elle est encore sous le coup de son divorce et de l'annonce de sa séropositivité, témoigne : « Quand on voit toutes ces jolies femmes qui sont là, on se dit : "Si les autres vivent avec, pourquoi pas moi ?" C'est le soleil qui revient. »

Voir d'autres femmes qui vivent avec le VIH et n'en ont pas moins une vie pleine et entière, avec compagnon ou mari, enfants, métier, amies, c'est ce qui convainc les nouvelles arrivantes qu'un avenir est possible pour elles, bien plus que les discours rassurants des médecins, des psychologues ou des assistantes sociales.

Parmi les personnes engagées à Ikambere, il y a de nombreuses anciennes bénéficiaires de l'association, car, affirme Bernadette, « leur parole est plus forte que la mienne, leur *nous* est plus fort que notre *vous* ». Rien n'égale en effet la parole d'Assita qui, après avoir retrouvé confiance dans la vie à Ikambere, y est devenue éducatrice thérapeutique, ou celle de Rose, animatrice depuis 2012 et conseillère en santé sexuelle, qui vit avec la maladie depuis vingt ans, arrivée à Ikambere dans un grand dénuement et dans un grand désarroi en 2010. À la salle à manger, c'est elle qui accueille les nouvelles, qui lance les sujets de conversation, qui « ambiance » avec gouaille Grande, belle, élégante, par sa présence et sa parole elle montre que si elle s'en est sortie, les autres le peuvent aussi.

Rose

LA BATTANTE

Rose est camerounaise, elle enseignait le français à Douala. En 1997, elle perd un premier bébé à la naissance, un petit garçon ; lors de l'accouchement, elle fait une hémorragie et est transfusée. À cette époque, les transfusions ne sont pas sécurisées et c'est très vraisemblablement à ce moment-là qu'elle contracte le virus. En 1999, elle donne naissance à une petite fille, Rebecca. Cinq jours

après la naissance, Rebecca tombe très malade. On fait au bébé une sérologie qui révèle des anticorps VIH : Rose apprend ainsi qu'elle est « concernée » (c'est le mot qu'elle emploie toujours pour parler du fait qu'elle est séropositive pour le VIH – que ce soit avec moi, dans les discussions à la cafétéria, ou en public lorsqu'elle intervient dans des conférences).

Le père de ses deux enfants, avec qui elle était depuis un moment, étudiant à l'université comme elle, l'abandonne quand il apprend qu'elle est atteinte par le virus.

Rose et Rebecca sont alors considérées comme des bêtes curieuses, que ce soit à l'hôpital, à la maison, dans la famille, dans le quartier. Tout le monde est au courant car la deuxième femme du père de Rose a fait circuler la nouvelle. C'est le début de l'épidémie, toutes sortes de rumeurs foisonnent. Les curieux viennent lui poser des questions. Rose se tait, leur oppose son silence.

Elle est alors remplie de culpabilité vis-à-vis de Rebecca, qu'elle croit infectée. Elle est persuadée qu'elle et son enfant vont mourir, et son seul espoir est que sa fille meure avant elle pour qu'elle puisse s'en occuper jusqu'au bout. Une amie médecin la conduit à la SWAA (Society for Women and Aids in Africa), une association de femmes camerounaises vivant avec le VIH. Elle y est reçue par une femme en pleine forme, qui lui dit être aussi « concernée ». Alors qu'elle estimait que chaque jour de vie gagné était un miracle, elle découvre dans cette association des femmes qui vivent avec le VIH depuis un ou deux ans et qui sont en forme. C'est une première révolution. Rose est une battante. Elle décide de témoigner de sa séropositivité pour aider les autres. De se battre contre le VIH, elle qui a le bagage intellectuel qu'il faut pour cela. Avec quatre autres femmes, elle est choisie pour créer l'association

**ROSE EST UNE BATTANTE.
ELLE DÉCIDE DE
TÉMOIGNER DE SA
SÉROPOSITIVITÉ POUR
AIDER LES AUTRES.**

Sunaides. Elle fait de la prévention à l'hôpital, dans les prisons, dans les quartiers.

Lorsque Rebecca a 3 ans, à la faveur d'un nouveau test sérologique, Rose comprend que son enfant n'a pas le virus VIH. Juste après la naissance, les anticorps d'un bébé sont en effet ceux que lui a transmis sa mère. C'est seulement quelques mois après que l'enfant produit ses propres anticorps. Ainsi, le test sérologique fait à la naissance de Rebecca permettait de dire que sa mère était porteuse du virus et avait développé des anticorps contre lui, mais pas qu'elle avait transmis le virus à l'enfant (en l'absence de traitement, ce qui était le cas à l'époque, le risque de transmission du virus à un bébé est d'environ 25 %). C'est un bouleversement pour Rose et une deuxième révolution. Il ne s'agit plus seulement pour elle de sensibiliser les autres à la lutte contre la propagation du VIH, mais aussi de tout mettre en œuvre pour survivre pour son enfant. Elle se lance alors de toutes ses forces dans la lutte contre le sida, abandonne son métier d'enseignante pour se consacrer pleinement à ses activités associatives. Cela l'amène à voyager régulièrement en France pour des formations.

En 2009, à l'occasion d'un de ces voyages de formation, elle est à Paris et tombe malade. Les médecins qui la soignent lui font comprendre qu'il est plus prudent pour elle de rester en France pour bénéficier des traitements adéquats. Elle suit ce conseil malgré le déchirement de laisser sa fille, qui est alors âgée de 10 ans, au Cameroun. Une amie la convainc qu'il est plus utile pour sa fille qu'elle se fasse soigner. Mais lorsqu'elle arrive à Ikambere le 10 novembre 2010, elle est dévastée par la séparation d'avec son enfant, qui ravive la douleur d'avoir été abandonnée par son compagnon après l'accouchement. Pour ne rien arranger, elle vit dans une précarité totale, n'a pas d'endroit où dormir, pas de ressources.

Elle est « au 115 » : chaque jour, elle doit appeler le Samu social pour être logée pour la nuit. Bernadette l'accueille, lui présente Ikambere et, devant le dénuement total dans lequel elle vit, lui donne vingt euros. Bernadette dira de Rose plus tard : « J'ai vu que c'était une femme qui méritait d'être une femme. » Devant cette confiance totale accordée dès le départ, sans contrepartie, Rose va s'engager à fond comme bénévole. « Je mettais mon petit nez partout. Aucune porte ne m'était fermée. J'étais dans mon champ d'action. De 2010 à 2012, je faisais le ménage, la distribution des colis, la cuisine. J'étais bénévole tout terrain. » En 2012, elle obtient son titre de séjour pour soins et Bernadette lui propose de travailler pour Ikambere. Entre-temps, elle a eu d'autres propositions mais à Ikambere elle se sent chez elle, libre de déployer tout ce qu'elle a à donner. Ses missions dans l'association évoluent au fur et à mesure des formations. En 2015, elle suit une formation universitaire de conseillère en santé sexuelle et droits humains, et depuis elle anime tous les jours des causeries à ce sujet, à la cafétéria. Comme elle porte haut et fort la parole des femmes touchées par le VIH et n'a pas froid aux yeux, elle sillonne aussi le monde avec Bernadette lors de la tournée des congrès sur le sida, et fait régulièrement un tabac. Avec sa gouaille joyeuse, elle renverse l'image de la pauvre femme africaine victime des hommes et de la précarité.

« La rencontre avec Ikambere, c'est la vie. C'est l'Afrique en France. On se retrouve avec ceux qui nous ressemblent. On tisse des relations, on se retrouve. Tu entres en pleurant, tu sors en riant. [...] Ça m'a permis de m'investir sur le plan professionnel. D'aider les autres comme on m'a aidée. C'est le soleil pendant l'hiver. »

Elle souligne la liberté qu'elle y trouve et qui lui permet d'évoluer. Dans ses nombreuses interventions, elle s'appuie sur sa propre expérience pour redonner du courage aux autres : « Le VIH a brisé

certains de mes rêves mais il ne m'empêche pas de réaliser mes projets à moyen et long termes. Quelle que soit la fosse qui est devant toi, fabrique l'échelle qui va te servir de pont pour traverser. » Elle rappelle l'importance de bien prendre son traitement, souligne la chance que cela représente : « Merci à la France. Quand je vois ce que ce pays m'apporte avec la trithérapie chaque mois, je me dis que je dois contribuer à sa construction. »

Mais Rose me confie aussi les difficultés qu'elle éprouve, face aux femmes accueillies dans l'association, à tenir ce double rôle de paire, celle à laquelle on peut s'identifier, et de professionnelle. De celle qui leur ressemble, les femmes attendent de l'empathie, une solidarité affective, et acceptent difficilement les barrières mises en place par l'institution. Les Camerounaises en particulier pensent qu'en tant que Camerounaise elle aussi, Rose va faciliter leurs démarches, leur accorder des passe-droits, lors de la distribution des colis alimentaires le vendredi par exemple. Comme elle ne cède pas, les femmes murmurent : « Notre sœur, elle est dure. » Elle doit expliquer qu'elle fait passer son intégrité professionnelle avant la solidarité camerounaise. Heureusement, les tensions peuvent se dénouer autour du repas et des plaisanteries qui l'accompagnent : « Elles m'appellent Lieutenant Colombo, on rigole. »

**“ QUELLE QUE
SOIT LA FOSSE QUI EST
DEVANT TOI, FABRIQUE
L'ÉCHELLE QUI VA TE
SERVIR DE PONT POUR
TRAVERSER. ”**

LES GROUPES DE PAROLE

Chaque femme qui entre à Ikambere, et qui se croyait seule avec son fardeau, s'entend dire : « Vous n'êtes pas seule à vivre avec le VIH. On peut parler ici des choses dont on ne peut pas parler ailleurs »

La rencontre avec des femmes auxquelles on peut s'identifier et qui, malgré le VIH, ont retrouvé la joie de vivre et une vie « qui vaut d'être

vécue », c'est toute l'ambition des groupes de parole d'Ikambere. Ceux-ci rassemblent des femmes qui vivent des choses similaires, à des grandes étapes de leur vie.

Le groupe mère-enfant rassemble par exemple les jeunes femmes avec leur bébé, qui échangent sur la maternité, la vie avec des enfants en bas âge. Elles parlent des difficultés à élever un enfant quand on est en hôtel social, seule, mais aussi des problèmes d'éducation qu'elles rencontrent comme bien des mères : la place du téléphone portable par exemple, utilisé par les enfants de plus en plus jeunes, pour jouer et regarder des films, au détriment d'autres activités.

Au fil du temps, il est apparu aussi nécessaire de constituer un groupe de parole pour les femmes les plus âgées. C'est venu d'une conversation au repas, qui portait sur les hommes, les relations amoureuses et sexuelles. Les plus jeunes ont ri de l'intérêt des plus âgées « Ce n'est plus de votre âge. » Une des seniors, habituée des lieux, lance alors l'idée d'un groupe pour elles, les plus âgées, où elles pourraient justement parler de ce qui les touche sans avoir honte devant les plus jeunes. Car bien sûr c'est encore de leur âge de parler hommes et sexualité, même si cela ne se pose pas de la même façon que pour les plus jeunes. Dans ce groupe, qui se prénomme « femmes-roseaux », on parle ensemble de ce que c'est de vieillir en France, souvent avec des enfants restés au pays ; on parle de la façon dont la sexualité évolue avec la ménopause, on part en vacances ensemble, on se remonte le moral, on s'épaule, on se chamaille parfois.

**ELLES PARLENT
DES DIFFICULTÉS
À ÉLEVER UN ENFANT
QUAND ON EST EN
HÔTEL SOCIAL, SEULE.**

Qui se ressemble s'assemble .. Comme partout, au quartier, à la sortie de l'école, dans les paroisses, dans tous les lieux où se créent des liens, les communautés d'intérêt rassemblent. Mais ici, les femmes sont liées par un ciment fort : elles se savent toutes séropositives,



*On peut parler ici
des choses dont
on ne peut pas
parler ailleurs.*

elles peuvent en parler entre elles et elles savent que ça ne sortira pas du groupe. C'est un secret partagé

Le rôle des paires, celles qui leur ressemblent, qui ont vécu des choses similaires, est essentiel à la reconstruction de ces femmes. Encore aujourd'hui, l'annonce de la séropositivité reste très perturbante. Rencontrer d'autres femmes qui ont vécu la même chose et qui n'en font pas moins des projets aide à se remettre sur pied. Rose me dira que cela « vaut plus que le travail de dix psychologues »

Les femmes parlent beaucoup entre elles de leurs relations avec leur homme. Faut-il dire ou pas à son compagnon qu'on est séropositive? Vaste question qui n'a pas de réponse évidente. Le dire, c'est s'exposer éventuellement à sa colère, à son départ, à ce qu'il prenne de la distance. Ne pas le dire, c'est faire le choix de porter ce fardeau seule. Aujourd'hui, une femme qui suit bien son traitement et dont le virus est contrôlé ne risque pas de le transmettre à son partenaire lors des relations sexuelles. Donc elle peut garder ce secret pour elle, et même ne pas utiliser de préservatifs, sans pour autant mettre son partenaire en danger. Mais c'est un poids parfois lourd à porter.


Quand une femme doit faire face à un conjoint violent, elle peut aussi en parler à ses « sœurs » d'Ikambere. Elles se soutiennent les unes les autres. « S'il te chasse, tu viens chez moi » Parfois, c'est dans le groupe qu'elles puisent la force d'arrêter le cercle de la violence. Une femme qui était violentée par son mari depuis longtemps me raconte que c'est après une semaine de vacances avec Ikambere, et les discussions qu'elle y a eues avec une amie, qu'elle a pu lancer un ultimatum à son mari pour qu'il cesse ses agissements. Cet espace de liberté et d'amitié lui a donné la volonté et la force de dire non.

Lors du repas, quand je demande aux femmes avec qui je déjeune ce qu'elles apprécient le plus à Ikambere, elles me répondent : « Ne plus être isolée. Ne plus rester seule chez soi en pensant à la maladie. Ta tête est libérée. Tu sais que d'autres femmes partagent la même chose. À la maison, si on ne travaille pas, on pense trop. Ici, on est à l'aise, la tête est reposée. On voit des femmes qui ont des enfants, qui se marient. Cela aide à accepter sa maladie. »

« QUAND ON VOIT TOUTES CES JOLIES FEMMES, C'EST LE SOLEIL QUI REVIENT »

L'apparence physique, la beauté, l'élégance, sont centrales dans cette renaissance. Croire qu'un avenir est possible passe par apprendre à retrouver et à aimer de nouveau ce corps qu'on a pu vouloir oublier puisqu'il porte une maladie qui reste honteuse. Pour cela, Ikambere propose une fois par semaine des séances de socio-esthétique¹. Avec Élodie, la socio-esthéticienne, on fait des masques pour retrouver une belle peau, on se fait masser le visage, les épaules, le dos, on prend soin de soi.

Élodie, après sa formation d'esthéticienne, s'est spécialisée dans le travail auprès des personnes vulnérables ou handicapées. Elle arrive pour le déjeuner, et au milieu du repas elle rappelle à la cantonade que la séance de socio-esthétique commence à 14 heures et qu'elle est ouverte à celles qui en ont envie. Là encore, comme pour le repas, pas d'inscription à l'avance. Vient qui veut. Élodie peut accueillir jusqu'à dix personnes. Celles qui arrivent après, s'il n'y a plus de place, sont invitées à revenir la prochaine fois. Les femmes s'installent autour d'une table sur laquelle Élodie a disposé des petits bols verts, diverses poudres, de l'eau, des miroirs. La salle qui servait

 **NE PLUS
RESTER SEULE CHEZ
SOI EN PENSANT
À LA MALADIE. ”**

1 La socio-esthétique est la pratique professionnelle de soins esthétiques auprès de populations souffrantes et fragilisées par une atteinte à leur intégrité physique ou en détresse sociale.

*Apprendre à retrouver et
aimer de nouveau son corps.*

////////////////////





**ÉLODIE LA MAGICIENNE
RECONSTRUIT L'IMAGE
QUE LES FEMMES ONT
D'ELLES-MÊMES.**

la veille pour la couture s'est transformée en salon de beauté, avec une musique zen en fond sonore

Chaque femme est invitée à faire elle-même ses soins de visage un gommage naturel à base de poudre d'amande, qu'on rince avec une petite éponge douce, un masque à l'argile. Les femmes ressemblent à des guerrières massaïes. Elles sont belles. En face de chacune d'elles, un petit miroir, posé sur la table. Élodie les incite à le prendre et à se regarder. Pour certaines, c'est la première fois qu'elles se regardent de nouveau en face, depuis qu'elles ont reçu leur diagnostic VIH. Ce virus est tellement honni, tellement associé à des représentations négatives, à l'idée de souillure (on dit en Afrique « Mon sang est gâté ») qu'il faut se réconcilier avec soi-même, avec son image. L'une après l'autre, elles s'installent à côté d'Élodie ou de son assistante qui leur masse le visage, et qui propose à celles qui le souhaitent une épilation du visage. Élodie en profite pour prendre des nouvelles. À celles qui confient que « ça ne va pas trop aujourd'hui », elle propose un massage du dos. Les visages se détendent, les corps se relâchent. À la fin, les visages démaquillés sont lumineux. On hydrate ce nouveau visage avec une crème douce, on se complimente les unes les autres : « Tu es beaucoup mieux maintenant. Tu as un joli teint ! » Les langues se délient, on se confie, on parle entre filles, souvent on parle des hommes.

La semaine prochaine, ce sera beauté des pieds car le soleil arrive.
« Apportez vos tongs, les filles ! »

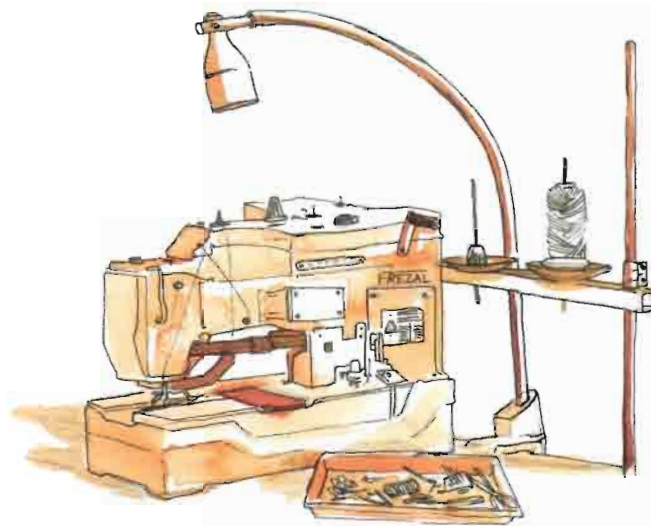
Avec quelques poudres, des vernis et des mains douces, Élodie la magicienne reconstruit l'image que les femmes ont d'elles-mêmes et de ce fait l'image qu'elles vont pouvoir donner d'elles-mêmes. Elles sont prêtes à reprendre leur vie en main.



Chapitre 4

**S'INSTALLER
EN FRANCE**





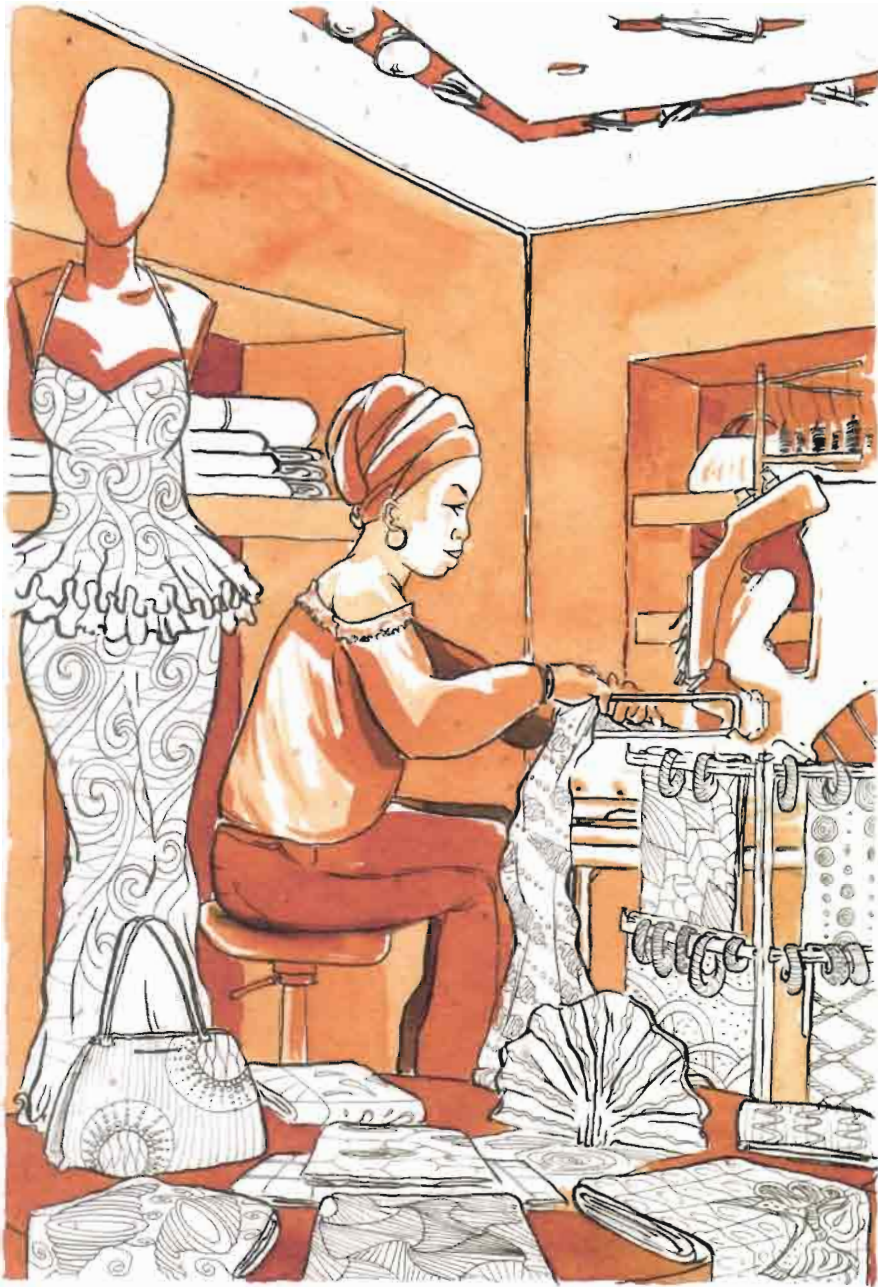
Une fois que ces femmes croient à nouveau qu'une vie est possible, il faut leur en donner les moyens. La plupart de celles qui arrivent à Ikambere sont dans un grand dénue-ment ; parfois sans papiers, souvent sans logement (soit parce qu'elles ont été chassées par leurs hébergeurs lorsqu'ils ont appris qu'elles étaient séropositives, soit parce qu'elles sont parties d'elles-mêmes par crainte qu'ils le découvrent), presque toujours sans travail. La mission des quatre assistantes sociales de l'association est d'aider chaque femme à accéder à ce triptyque indispensable pour vivre correctement en France : avoir un titre de séjour, un travail et un logement à soi.

Dans l'ordre, le plus urgent est le titre de séjour. En France, vivre avec le VIH ouvre au titre de séjour pour soins après un an de résidence en France, titre valable un an et qui doit être renouvelé chaque année. Les assistantes sociales aident les femmes à rassembler les documents nécessaires, les guident dans le labyrinthe administratif, relancent les services si nécessaire. Pour obtenir le titre de séjour pour soins, il faut réunir les papiers pour attester d'un an de séjour

sur le territoire français, présenter une attestation médicale de suivi pour une infection VIH ou hépatite B, prendre rendez-vous à l'Office français de l'immigration et de l'intégration, l'Ofii. Les assistantes sociales accompagnent chaque étape de cette longue procédure, en payant les timbres fiscaux si nécessaire.

Une fois que les femmes ont un titre de séjour en règle, il leur faut trouver un emploi, pour se nourrir et se loger. Sans fiche de salaire, pas de logement pérenne possible. Pour faciliter l'accès à l'emploi, Bernadette Rwegera a mis sur pied en 2003, parallèlement à Ikambere, un chantier d'insertion sociale par la couture et la coiffure, La Main fine. Avec un salon de coiffure et un atelier de couture à Saint-Denis et un magasin de prêt-à-porter en boutique éphémère dans les galeries commerciales du nord de Paris, l'association La Main fine permet à de nombreuses femmes d'accéder à un premier travail, d'avoir leurs premiers bulletins de salaire en France, et d'acquérir une expérience professionnelle sur laquelle elles peuvent s'appuyer ensuite pour accéder à des emplois plus stables. Grâce aux bulletins de salaire, elles sont en mesure de louer un appartement à elles. Au bout de cinq ans en France pendant lesquels elles peuvent attester d'une activité professionnelle régulière, elles accèdent au Graal de l'immigré la carte de résident de dix ans, qui libère du pensum d'aller à la préfecture une fois par an faire la queue dès 5 heures du matin pour renouveler son titre de séjour

Le parcours d'Awa illustre bien comment Ikambere et La Main fine travaillent ensemble : Awa tressait les cheveux dans des salons de coiffure en Côte d'Ivoire. À son arrivée à Ikambere, Bernadette lui propose de travailler au salon de coiffure de La Main fine et, comme elle se débrouille bien, elle y est embauchée. Grâce à ses premiers bulletins de salaire, elle peut sortir de l'appartement thérapeutique où l'avait logée le Samu social et louer son propre appartement. Au



L'atelier de couture permet d'accéder à un premier travail.

bout de trois ans de travail de coiffeuse, elle décroche un CDI comme agent de propreté dans une entreprise. Aujourd'hui, elle a obtenu une carte de résident de dix ans, elle a son propre logement, un travail. Elle continue à venir à Ikambere pour y retrouver une famille, un lieu de partage. Mais elle n'a plus besoin d'être accompagnée par les assistantes sociales.

C'est toute l'équipe d'Ikambere qui œuvre pour que les femmes gravissent chacune de ces étapes : accéder à un titre de séjour pour soins, à un emploi, d'abord en CDD puis en CDI, puis à un logement pérenne, et enfin à la carte de résident de dix ans. Au début, pendant les longs mois où les femmes n'ont pas encore de titre de séjour ou de travail salarié, les assistantes sociales ne les lâchent pas, trouvent chaque jour une solution pour qu'elles soient abritées, par le 115, ou dans des hôtels sociaux, voire des appartements thérapeutiques quand une place se libère.

Comme le souligne Concessa, une des quatre assistantes sociales qui est là depuis 2010, pour remettre les femmes qui arrivent ici sur pied, toute l'équipe est nécessaire. Si les assistantes sociales apportent une aide pratique, Rose comme les anciennes bénéficiaires délivrent, elles, une énergie contagieuse par la force de leur témoignage. Rose raconte souvent aux nouvelles arrivantes, par exemple, comment elle est passée de 40 à 900 CD4. Les lymphocytes CD4 sont des marqueurs de l'immunité. Quand ils descendent au-dessous de $350/\text{mm}^3$, c'est le signe d'un déficit immunitaire. Celui-ci entraîne l'apparition de maladies « opportunistes » qui, sans traitement, conduisent au syndrome du sida. Revenir à 900 CD4, c'est retrouver un système immunitaire en état de marche, recouvrer la santé. Pour ces femmes qui vivent avec le VIH, ces chiffres parlent, ils leur ont été expliqués par les médecins, ils sont la signature de leur état de santé.

Concessa

TENDRE DES PERCHES

Concessa est Rwandaise, comme Bernadette, dont elle est une amie d'enfance. Elle arrive en France avec ses enfants en avril 1998, comme réfugiée. Elle rejoint son mari venu en 1995, après le génocide de 1994 où il avait été gravement blessé. Au Rwanda, Concessa travaillait au ministère des Affaires sociales. Très vite, elle trouve du travail dans un service de soins palliatifs, comme aide-soignante, à l'hôpital de la Croix-Rouge à Lyon. Elle dira pudiquement que ce travail en soins palliatifs l'a guérie de tout ce qu'elle avait subi au Rwanda.

Pour retrouver un travail de qualification similaire à ce qu'elle avait au Rwanda (elle n'a pas les équivalences nécessaires en termes de diplôme), elle reprend des études à l'école d'assistante sociale de la Croix-Rouge. Elle est ensuite embauchée comme assistante sociale par la ville de Lyon, puis au conseil général du Rhône. Un jour, elle reçoit une lettre de Bernadette qui lui parle de son association. Concessa est impressionnée mais se tient à distance. Le sida l'inquiète, elle en a vu les ravages au Rwanda. Bernadette la relance : « Viens avec moi. Viens, j'ai besoin de toi. » Elle viendra en 2010 pour voir, et restera.

Elle découvre à Ikambere ce que cela veut dire que d'accompagner des personnes qui sont là tous les jours, dans une grande précarité psychique et sociale, qui ont connu beaucoup de traumatismes, en particulier sur le chemin de la migration. Elle apprend à accueillir leurs

angoisses, leurs larmes, leurs peurs, à « les avoir dans les pattes » tout le temps. Elle apprend aussi à prendre de la distance malgré la proximité que crée cette présence quotidienne, le repas ensemble chaque jour. Ce n'est pas facile car le rôle des assistantes sociales au sein d'Ikambere est d'aider les femmes dans leurs démarches, de trouver un logement à celles qui sont à la rue, mais aussi, dit Concessa, « de lutter avec elles, de leur donner du courage, de les aider à vivre ».

« Le travail d'assistante sociale est difficile mais c'est très gratifiant. Si l'une des femmes est mal, on lui donne des rendez-vous fréquents pour qu'elle sorte d'elle-même, de sa chambre lugubre, de son "cachot intérieur ou extérieur". Ces femmes qui ont appris qu'elles étaient porteuses du VIH ont dû laisser au pays leurs enfants, leurs espoirs. Ikambere permet, en équipe, de remettre debout des femmes qui étaient très très mal. Notre responsabilité est de sortir ces personnes de leur marasme. Subvenir aux petits besoins : tickets de métro, petite somme d'argent, serviettes hygiéniques, savon, brosse à dents. Des petites choses de rien du tout mais données avec amour ; c'est ce qui les aide à se relever.

Les moyens d'Ikambere pour cela, ce sont d'abord les personnes. Toutes les personnes engagées ici veulent aider ces femmes à retrouver le goût de vivre. C'est plus qu'un simple travail. Notre mission, c'est de ne pas les laisser tomber plus bas (certaines n'attendent que ça), et de leur redonner le goût de vivre. Pour cela, les assistantes sociales les aident à s'orienter, mais nous donnons aussi un peu d'argent pour le transport, pour qu'elles puissent venir jusqu'à nous, pour qu'elles puissent se déplacer. Il y a le repas bien sûr : au moins elles peuvent se nourrir une fois par jour. Et puis des chèques-service et des colis alimentaires pour les plus démunies. Notre travail c'est de pousser, pousser, tendre des perches, jusqu'à ce que tout rentre dans l'ordre. »

RE DES PETITES
CHOSSES DE RIEN DU
TOUT MAIS DONNÉES
AVEC AMOUR ; C'EST
CE QUI LES AIDE
À SE RELEVER. ”

Des histoires de femmes pour qui tout est rentré dans l'ordre, Concessa en a plein. Voici trois histoires de renaissance : Estelle, venue du Congo, dont Concessa dit qu'elle est « sortie de la tombe », Hortense, la vieille femme-roseau, et Irène, la jeune pousse, toutes deux venues de Côte d'Ivoire

Estelle

◀ SORTIE DE LA TOMBE ▶

Estelle est congolaise. Son mari, militaire, très infidèle, l'a contaminée et l'a abandonnée. Après avoir découvert qu'elle était séropositive, elle quitte le Congo, arrive en Slovénie, traverse toute l'Europe, parvient en France où elle est prise en charge par d'autres Congolais, dans une église évangélique. Elle est confiée à une femme congolaise qui l'utilise comme bonne, et petit à petit va la traiter comme une esclave. Elle est suivie par un médecin congolais à Villeneuve-Saint-Georges (Val-de-Marne) qui découvre la grande misère dans laquelle elle se trouve. Lors de son rendez-vous annuel à la préfecture, des policiers l'attendent car elle est sous le coup d'une procédure d'expulsion vers la Slovénie (en effet, selon le règlement de Dublin III, comme c'est là qu'elle a été enregistrée à son arrivée en Europe, c'est là qu'elle doit demander l'asile). Le médecin qui la suit obtient qu'elle reste sur le territoire français car elle doit être opérée pour une toxoplasmose cérébrale. Parallèlement, il la dirige vers Ikambere où elle est reçue par Concessa, qui demande pour elle un logement d'urgence afin qu'elle ne retourne pas chez sa logeuse esclavagiste. Elle est d'abord hébergée à l'hôtel, puis obtient un appartement passerelle (appartement

mis à disposition par Ikambere). Une fois correctement soignée et en meilleure santé, elle suit des formations, obtient un CDI comme intendante dans une maison de retraite, un titre de séjour pérenne, et finalement réussit à faire venir à ses côtés en France ses enfants qui y font de très bonnes études. «Aujourd'hui, c'est une grande dame», conclut Concessa.



Hortense

« FEMME-ROSEAU »

Hortense est arrivée à Ikambere en 2005. Elle vivait en Côte d'Ivoire avec son mari, colonel de gendarmerie. Après le décès de celui-ci, Hortense tombe malade. Lors de son hospitalisation,

**” LE MATIN
JE POUVAIS PARTIR
AU TRAVAIL, COMME
TOUT LE MONDE. ”**

elle apprend qu'elle a le VIH. Les propos laconiques du médecin – « C'était inévitable » – lui révèlent que son mari est mort du sida mais que personne ne lui en a rien dit.

Hortense part à Paris un an plus tard. Elle y est très bien reçue, tant à l'hôpital de l'Hôtel-Dieu qu'à l'association Ikambere où elle est orientée par l'assistante sociale de l'hôpital. Les démarches pour obtenir un titre de séjour aboutissent assez rapidement, puisqu'elle bénéficie d'un titre de séjour pour soins, mais elle n'a pas de logement. Elle vit chez une cousine. Ikambere lui trouve un logement dans un centre d'hébergement à Sarcelles, puis à l'Armée du salut pendant près de six mois. Pendant tout ce temps, elle est bénévole à Ikambere. Puis elle obtient un premier emploi de couturière à La Main fine. Son salaire lui donne accès à un appartement passerelle puis à un appartement personnel qu'elle loue à Saint-Denis. Mais presque plus que l'accès à un salaire, c'est la valeur structurante de l'emploi qu'elle souligne : « Ma vie a changé avec La Main fine. Le matin je pouvais partir au travail, comme tout le monde ; je ne restais pas chez moi couchée toute la journée comme quand j'étais chez ma cousine. Le travail, c'est ce qui sauve. »

Un travail, c'est essentiel pour pouvoir payer son logement et sa nourriture, mais aussi pour être occupée, ne pas se morfondre en pensant à la maladie. C'est Hortense, une des seniors de l'association, qui pousse à la création d'un groupe de parole pour les plus âgées, et qui trouve ce nom de « femmes-roseaux », pour rappeler la tige qui plie mais ne casse pas, comme elle qui est toujours debout malgré le sida et les difficultés de la vie.



Irène

« IKAMBERE, C'EST COMME UN PARENT

À CÔTÉ DE TOI QUI T'AIDE »

Irène est arrivée en France en 2010. Elle a quitté la Côte d'Ivoire en 2008, et a rejoint par avion la Tunisie. Elle mettra deux années pour atteindre la France. Deux années « sur la route », qu'elle qualifie pudiquement de « très difficiles ».

Après son arrivée, elle tombe malade. Elle est envoyée à Médecins du Monde où un test de dépistage révèle qu'elle a le VIH. L'hôpital Delafontaine (Saint-Denis) où elle est soignée la dirige vers

“ ON T'AIDE AVEC LA CAF, L'AIDE AU LOGEMENT, TOUTES CES DÉMARCHES TELLEMENT COMPLIQUÉES QU'ON NE PEUT S'Y RETROUVER TOUTE SEULE. ”

l'association Ikambere. Au début, elle est logée dans une famille ivoirienne de sa connaissance. Mais les parents fouillent ses affaires quand elle s'absente la journée et, lorsqu'ils comprennent qu'elle a le VIH, de crainte qu'elle contamine leurs enfants, lui demandent de partir. Grâce à Ikambere, elle trouve un travail (des ménages), un premier logement via Aides-SOS Habitat et Soins, puis un logement définitif grâce à ses bulletins de salaire. Elle explique qu'elle garde toujours le lien avec l'assistante sociale d'Ikambere en qui elle a une grande confiance. Elle a l'esprit tranquille, car elle sait qu'elle peut trouver ici de l'aide pour la nourriture, le logement.

« Quand on a des soucis, on se retrouve ici. On écoute tes problèmes ; on t'aide ; on t'encourage. C'est la maman et le papa des femmes qui ont le VIH. On t'aide avec la Caf, l'Aide au logement, toutes ces démarches tellement compliquées qu'on ne peut s'y retrouver toute seule. Ici, c'est la famille, le village, la maison. Il y a plein d'ethnies mélangées. On se retrouve malgré nos différentes ethnies autour d'une cause qui est la maladie. On peut discuter ensemble des traitements, des médecins. Il y a une solidarité entre nous. Si l'une d'entre nous est en situation trop difficile, il n'est pas rare qu'une femme d'Ikambere lui propose de la loger en attendant qu'elle trouve autre chose. Et puis Ikambere aide beaucoup les femmes qui travaillent. Ils s'arrangent par rapport à l'emploi du temps, ils respectent les contraintes imposées par notre travail. Tu sais que tu as un parent à côté de toi qui t'aide. »

Ces trois parcours d'Estelle, d'Hortense et d'Irène montrent bien comment pour ces trois femmes, s'installer en France passe par des étapes incontournables : obtenir un titre de séjour pérenne, accéder à un logement où elles sont chez elles, trouver un travail. Au début, cette activité professionnelle est souvent modeste, à temps partiel, sur des métiers peu qualifiés. Mais l'exemple d'Estelle, « la grande

dame » comme l'appelle Concessa, devenue intendante d'une maison de retraite, montre que certaines évoluent rapidement grâce à des formations appropriées, et font des carrières tout à fait inespérées. À toutes ces étapes, Ikambere est là et leur met le pied à l'étrier, ensuite c'est à elles de prendre les rênes de leur vie en main.



Chapitre 5

PRENDRE LES RÊNES DE SA VIE EN MAIN





Dans tout ce processus, les femmes sont les actrices principales de leur parcours. L'équipe d'Ikambere fait « avec » elles, mais pas « à leur place ». Après l'accueil maternel du début, après la phase de consolation, elles sont rapidement remises aux commandes de leur propre vie. Pour bien le signifier, dès le début de l'accompagnement, l'assistante sociale qui s'occupe d'elles leur demande de signer un contrat qui leur rappelle ce que l'association peut leur apporter, mais aussi ce qu'elles sont tenues de faire de leur côté, pour que ça porte ses fruits. Ce contrat, appelé « charte d'engagement mutuel », est l'occasion d'expliquer que l'aide des assistantes sociales ne suffit pas. Pour avancer, il faut deux engagements : celui de l'association pour guider, conseiller, mettre à disposition des femmes accueillies un savoir-faire et un réseau ; celui aussi de chaque femme accompagnée par l'association pour mettre en œuvre son énergie et sa volonté, s'appuyer sur les aides qu'on lui propose et avancer d'elle-même. Très concrètement, le contrat rappelle à la femme le type d'aide qu'Ikambere peut lui apporter, et lui signifie l'engagement qu'elle prend : respecter les rendez-vous donnés, effectuer les démarches nécessaires. C'est un accompagnement, pas un assistanat.

Le jour où Concessa, une des assistantes sociales, m'explique tout cela, elle reçoit une femme enceinte en fin de grossesse. Je l'entends lui dire . « C'est à toi d'apporter le RIB à la caisse d'allocations familiales, pas à moi » On aurait pu, devant cette jeune femme au ventre énorme, se dire qu'il valait mieux qu'elle reste assise dans la salle à manger. Qu'une personne de l'association pouvait apporter le RIB, lui éviter un déplacement. Sur le moment, je suis un peu étonnée, mais au fil des jours, je mesure la fécondité de cette exigence. Il ne s'agit pas de materner mais d'équiper les femmes pour qu'elles puissent faire face elles-mêmes aux contraintes de cette nouvelle vie, en France, avec le VIH

Ainsi, l'accompagnement qu'offre Ikambere va consister, en parallèle à l'aide à l'accès aux ressources vue au chapitre précédent, à apporter aux femmes les compétences utiles pour prendre leur vie en main : comprendre la maladie VIH et ses traitements, mais aussi mieux connaître leur corps, faire du sport, prendre soin d'elles ; savoir se débrouiller en français, utiliser les outils informatiques, remplir une fiche administrative pour chercher du travail, apprendre la couture pour réparer ou créer des habits, des sacs

COMPRENDRE LE VIH ET SES TRAITEMENTS

La première chose à faire pour « armer » ces femmes qui vivent avec une maladie compliquée et inquiétante est d'en faire des expertes du VIH. Pour qu'elles comprennent ce qui se passe dans leur corps, comment lutter efficacement contre cette maladie, comment en protéger les autres. C'est cette connaissance qui va calmer leurs angoisses

Pour cela, des médecins amis de l'association viennent régulièrement déjeuner, et Rose ou Bernadette animent des causeries autour d'eux, avec celles qui sont là, sur un sujet prédéfini. Les thèmes sont

nombreux et évoluent au fil des avancées scientifiques . l'effet du virus dans le corps, les traitements disponibles, leurs effets secondaires, les modes de transmissions du virus C'est l'occasion de traquer les idées fausses (le virus ne se partage pas par la salive, donc on peut prendre ses repas avec les autres sans crainte), d'apprendre les bonnes nouvelles (quand on est sous traitement et que le virus est contrôlé, on ne le transmet plus aux autres, ni au cours des rapports sexuels ni au cours de la grossesse)

Les femmes peuvent ici poser librement des questions, elles ont plus de temps qu'en consultation La seule règle est de ne pas interroger sur son cas personnel (son propre traitement, ses problèmes de santé, etc.). Cela crée de la liberté : on demande « pour savoir », et cela ne veut pas forcément dire qu'on est concerné Unetelle qui n'aura pas osé parler au médecin de son désir d'enfant, pensant que c'est incompatible avec l'infection VIH, pourra poser ici la question, et comprendre qu'il est tout à fait possible d'être enceinte et d'avoir un enfant bien portant même quand on vit avec le VIH Il suffit de bien prendre son traitement pendant la grossesse, et d'être accompagnée par l'équipe médicale

Le jour où j'assiste à l'une de ces causeries, une femme médecin explique les nouveautés en termes de traitement du VIH et des hépatites Elle commence par un petit exposé, puis demande s'il y a des questions Seules quelques femmes se lancent ce jour-là Les hépatites sont mal connues, encore plus compliquées à comprendre que le VIH Ce médecin vient tous les deux mois environ, de façon bénévole, et depuis des années. Elle aime participer à ces causeries à Ikambere car elle a beaucoup de femmes africaines dans sa patientèle et mesure leur besoin de comprendre, de savoir Mais elle manque de temps pour tout expliquer dans ses consultations À chaque passage à Ikambere, elle aborde un thème différent

**LES FEMMES PEUVENT ICI
POSER LIBREMENT DES
QUESTIONS, ELLES ONT
PLUS DE TEMPS QU'EN
CONSULTATION.**

Tous les sujets autour de la santé et de la sexualité qui intéressent les femmes sont passés en revue au cours de ces causeries, au gré des inspirations, des demandes qui émergent, des nouveautés scientifiques ou des thèmes plus universels : la contraception, le plaisir sexuel, les infections sexuellement transmissibles, la ménopause

Les questions de santé sexuelle tiennent une place prépondérante, et des médiatrices d'Ikambere sont spécialement formées pour en parler. Elles peuvent elles-mêmes animer des causeries dans la cafétéria, et intervenir à l'extérieur pour sensibiliser, former, conseiller un plus large public (masculin, notamment) sur ces sujets. Rose, Marie-Jeanne, Sophie, Assita et Seynabou assurent des permanences dans les hôpitaux, dans les foyers de travailleurs, pour parler de sexualité, expliquer comment se protéger du VIH, dédramatiser cette maladie en rappelant qu'il faut d'abord se faire dépister pour pouvoir se faire soigner. Pour Aminata, qui coordonne les médiatrices, cette information est libératrice.

Dans les quatorze foyers de travailleurs de Seine-Saint-Denis où les médiatrices interviennent, pouvoir parler librement du VIH et de la sexualité, c'est aussi parler de la vie, aider ces hommes à oser sortir. Aminata dira : « Leur apporter de l'information, ça les aide à sortir de là où ils sont enfermés. Il n'y a pas que le travail. Il y a la vie. La famille. Dans les foyers, en considérant les gens comme des personnes, en s'adaptant à eux, on leur ouvre des portes. Il faut s'adapter à eux tout en restant "pro". Leur redonner l'envie d'avoir des projets. » Dans les hôpitaux comme dans les locaux d'Ikambere, elle voit les femmes touchées par le VIH se relever. Elle voit l'envie de vivre revenir quand elles comprennent qu'elles peuvent vivre malgré le virus. « Tu les sors de leur maladie, tu les traites comme des égales. L'enjeu, c'est de les aider à accepter le VIH, à accepter les traitements. À partir de là, tout est possible. »

PRENDRE SOIN DE SON CORPS : DIÉTÉTIQUE ET SPORT

Vivre avec le virus, malgré le virus, c'est aussi changer l'image qu'on a de son propre corps, cesser de le considérer comme un corps malade, en faire un corps bien portant, dans lequel on se sent bien, dont on est fière. Pour cela, Ikambere insiste sur la diététique et sur le sport.

Laura, la diététicienne, en parallèle du travail qu'elle fait avec Fatou la cuisinière, propose chaque mercredi après-midi des ateliers de groupe, et rencontre les femmes qui le souhaitent en entretien individuel. Lors de ces ateliers, elle parle de nutrition, mais sous une forme ludique, pour sensibiliser les femmes au lien entre nourriture et santé dans leur quotidien. Beaucoup de femmes sont en effet en surpoids, avec des risques importants de diabète et de problèmes cardio-vasculaires, du fait d'une alimentation déséquilibrée, riche en féculents et en sucre et pauvre en légumes et en fruits qui coûtent cher.

À partir de photos, les différents groupes d'aliments sont passés en revue. Le sucre en particulier est un sujet crucial. Laura travaille à sensibiliser les femmes sur le sucre contenu dans chaque type d'aliment. Après avoir parlé des méfaits de l'excès de sucre pour la santé, elle conduit les femmes à prendre conscience que trois ou quatre cuillères de sucre dans le thé à raison de trois ou quatre thés par jour, cela fait beaucoup à la fin de la journée. Comme c'est un atelier de groupe, cela suscite la discussion. Et Laura insiste : « C'est cette discussion qui apporte le changement. Lorsque l'une des femmes parle de son expérience, de ce qu'elle fait pour manger moins de sucre, cela a bien plus de poids que si j'en parle de façon théorique. »

« LORSQUE L'UNE
DES FEMMES PARLE DE
SON EXPERIENCE, CELA A
BIEN PLUS DE POIDS QUE
SI J'EN PARLE DE FAÇON
THÉORIQUE. »

On travaille aussi sur le rapport au poids. Il y a une balance dans la salle. Beaucoup de femmes demandent à se peser, Laura garde leurs mesures. En Afrique, les rondeurs sont signe de bonne santé. Si Laura

sensibilise les femmes à cette question du poids, c'est pour des raisons médicales et non pour des raisons esthétiques. En entretien individuel, elle revient sur ce poids, puis discute avec chaque femme de ce qu'elle mange pendant la journée, des quantités, pour ajuster ensemble.

Deux jours par semaine, il y a séance de sport avec Luc. Luc est un professeur passionné, un « reconverti ». Initialement comptable – il a travaillé à la Société générale, puis dans un cabinet d'audit –, il décide à 35 ans de changer de métier et devient professeur de sport. Dans un club de foot où il est animateur, un bénévole lui parle de l'association Ikambere. Luc rencontre l'association, propose quelques animations sportives. La salle n'est pas adaptée, elle est assez laide, avec de la moquette. Lui qui n'avait jamais travaillé qu'avec des jeunes dans le cadre d'activités sportives classiques (foot, sports collectifs) est pourtant séduit par l'ambiance et se lance aux côtés de Bernadette. Ils participent ensemble à un concours du mécénat de la Française des jeux en demandant un équipement sportif pour ces femmes africaines qui vivent avec le VIH. Ils sont lauréats du concours et obtiennent le financement nécessaire pour acheter du matériel et aménager une vraie salle de sport : ballons de Pilates, tapis de sol, vélos d'intérieur. Du vrai matériel de pro. L'heure sportive, qui était au départ juste une activité parmi d'autres, devient un rendez-vous bi-hebdomadaire très important pour les femmes.

Ce n'est pourtant pas facile d'en faire une activité attractive pour des femmes qui n'ont pas fait de sport depuis l'école, voire jamais de leur vie. Luc va développer une ambiance particulière, un moment « sport-santé-détente ». Pour cela, il va beaucoup s'appuyer sur la musique. Il télécharge sur son téléphone portable des musiques africaines et c'est sur fond de zouglou¹ qu'on se détend sur les

**L'HEURE SPORTIVE
DEVIENT UN RENDEZ-
VOUS BI-HEBDOMADAIRE
TRÈS IMPORTANT POUR
LES FEMMES.**

1 Style musical né en Côte d'Ivoire

**LES FEMMES
VIENNENT QUAND
ELLES VEULENT,
ARRIVENT QUAND
ELLES PEUVENT.**

ballons de Pilates, qu'on se défoule sur les vélos. Luc dira que ces rythmes africains rassemblent les femmes venues de différents pays, et ont été un vecteur pour détendre l'atmosphère, faire tomber les barrières entre elles, mais aussi celles qui se dressaient entre ces femmes et lui, homme, blanc, français, professeur. Il ne voulait pas qu'elles l'appellent « Monsieur », le pari est gagné. Aujourd'hui, les femmes se sont totalement approprié ce temps dédié au sport et attendent « Luc », qu'elles couvrent régulièrement de petits cadeaux. Ce sont elles qui rangent le matériel à la fin du cours, car la salle sert à d'autres activités.

Les cours se passent sans heurts, sans bagarres. Comme pour les autres activités à Ikambere, il n'y a pas d'exigence d'être à l'heure ni d'être régulière. Les femmes viennent quand elles veulent, arrivent quand elles peuvent. Elles doivent inscrire leur nom sur une fiche lorsqu'elles se présentent, pour que l'association puisse ensuite rendre des comptes chiffrés sur chaque activité.

Ces temps de sport sont l'occasion de parler du corps, de la santé. Luc explique ce qu'est le périnée, comment et pourquoi le muscler, il explique ce que sont les fuites urinaires, comment les prévenir. Les femmes parlent de leurs douleurs, de leurs maux. Ces discussions peuvent se poursuivre à la cafétéria sous forme de causeries de santé, comme avec les médecins : Luc explique la notion de retour veineux, l'importance de faire de l'exercice pour rester en bonne santé, il parle équilibre, souffle, santé du cœur.

En collaboration avec Laura, la diététicienne, il aborde aussi les questions de poids, et a appris à s'adapter à ce qu'il appelle les « normes africaines » en la matière. Il entend souvent des femmes lui dire : « Moi, je veux rester une vraie femme, je veux garder mes fesses. » Les temps de sport sont aussi un moment pour parler de



*On se détend sur les ballons de Pilates,
on se défoule sur les vélos.*

**ENTRE CES FEMMES
AFRICAINES ET CET
HOMME EUROPÉEN
S'EST TISSÉ BEAUCOUP
DE COMPLICITÉ.**

l'image de la femme en Afrique et en Europe. Entre ces femmes africaines et cet homme européen s'est tissé beaucoup de complicité « L'essentiel, c'est de travailler dans le respect des personnes et de ce dont elles ont envie pour leur corps », dit Luc. Son objectif n'est pas d'en faire de grandes sportives mais des femmes qui prennent soin de leur corps, réconciliées avec leur image Il met en lien les différentes dimensions de leur vie, parle recherche d'emploi, explique qu'être en surpoids peut poser un problème pour obtenir certains emplois, comme femme de ménage : « N'oubliez pas que votre corps est une image de vous. »

**LIRE, ÉCRIRE... ET REMPLIR
UNE FICHE ADMINISTRATIVE**

Quatre jours par semaine, Rhode-Adélaïde propose des ateliers dits d'« alphabétisation », où l'on fait bien plus que cela Il faut s'adapter aux besoins des femmes : certaines doivent apprendre le français D'autres parlent français mais ne savent pas le lire ou l'écrire. Rhode-Adélaïde les répartit en groupes selon leurs besoins et les fait travailler en parallèle. Je croise une jeune Guinéenne à la cafétéria qui poursuit l'entraînement au français via une application sur son téléphone portable Deux fois par semaine, Rhode-Adélaïde ajoute une initiation à l'informatique.

Bien sûr, seule face à des besoins si divers, elle ne peut pas aller bien loin dans l'acquisition de compétences, mais elle insiste sur le fait que son travail consiste à « faire démarrer les femmes » « Ça ne donne pas un diplôme, mais c'est un point de départ pour la suite, un starter. » Elle aborde dans ses exercices tous les sujets qui peuvent servir aux femmes Le vendredi, elle cherche sur Internet des nouveaux sujets d'exercices, avec ce souci d'utilité par exemple, elle leur fait nommer les différentes parties du corps pour qu'elles puissent s'exprimer facilement avec le médecin et dire où elles ont mal



*Travailler dans le respect
des personnes et de
ce dont elles ont envie.*

Elle tricote du sur-mesure, pour chaque femme, même si les cours sont en groupe. Pour s'adapter au niveau et aux besoins de toutes, elle donne aux unes et aux autres des exercices spécifiques. D'une semaine à l'autre, elle corrige les exercices. Chaque femme a son propre cahier. C'est le « cahier d'exercices à domicile » qui lui permet de garder tout son travail avec elle et de voir sa progression. Comme le sport, comme le repas, cette activité est libre : on vient sans s'inscrire, on ne s'engage pas sur la durée. Par contre, Rhode-Adélaïde rappelle les femmes qu'elle ne revoit plus, juste pour s'assurer que tout va bien. Même pour cette activité qui implique un suivi, elle ne leur tient pas rigueur de leur absence, car elles peuvent avoir des problèmes administratifs ou des rendez-vous médicaux. Rhode-Adélaïde insiste : un pilier du succès de l'atelier est la liberté ; les femmes viennent si elles le veulent.

Parfois, les séances sont houleuses. Les parcours sont difficiles ; il arrive que les femmes ne soient pas prêtes à travailler car elles ont des soucis, des inquiétudes qui les préoccupent. Elles se chamaillent. Face à cela, Rhode-Adélaïde a un « mantra » qu'elle leur fait répéter : « Bienvenue dans le groupe. Nous, c'est la discipline, la concentration et le respect. » Elle pose comme règle d'or de ne jamais se moquer des erreurs des autres, et les erreurs sont fréquentes quand on apprend à parler le français. Elle-même garde un regard positif, bienveillant. Elle laisse parler chacune, encourage toujours.

Un des exercices dont elle est très fière est « le remplissage d'une fiche administrative ». Les femmes apprennent à remplir une fiche administrative de base : nom, adresse, numéro de Sécurité sociale... Une de ses « élèves » a ainsi pu remplir seule lors d'un rendez-vous administratif la fiche qu'on lui tendait et s'est entendu complimenter par la personne qui la recevait. Elle en était tellement émerveillée qu'elle est arrivée à Ikambere en criant et en chantant : « Merci la maîtresse ! Pour moi c'est mieux que le bac ! » Ces petits exercices faits avec les femmes valent à Rhode-Adélaïde de nombreux témoignages de gratitude.

FAIRE AVEC SES MAINS

Sherifo vient de Gambie, il est tailleur comme son père et son grand-père. Bernadette l'a appelé, dès le début de l'association, pour apprendre aux femmes à coudre. Il vient deux jours par semaine, les lundis et les jeudis. Il installe un atelier couture, avec des machines à coudre, et s'adapte aux besoins et au niveau des femmes. Certaines veulent apprendre mais n'ont aucune base. D'autres sont déjà bonnes couturières. Les femmes lui montrent un modèle de robe, de sac, d'habit pour leur enfant dont elles ont envie et, selon leur niveau, soit il fait l'essentiel et elles aident pour les petites choses (ourlets, boutons...), soit elles cousent et il conseille. Quand les femmes n'ont pas d'idée de modèle, il en propose sur catalogue, sur internet, sur son ordinateur...

Il peut lui arriver de repérer là de bonnes couturières à qui il propose de travailler à l'atelier La Main fine, mais ce n'est pas le but premier de cet atelier de couture. Ces séances durent depuis vingt ans et ont toujours autant de succès. « Ce qui aide les femmes, c'est d'être ensemble. Et de faire des choses avec leurs mains, ça les relève », dit Sherifo.

**FAIRE DES CHOSES
AVEC LEURS MAINS,
ÇA LES RELÈVE.**

Fatoumata

LA GUERRIÈRE

Fatoumata a appris qu'elle était séropositive en Côte d'Ivoire en 2008. Elle arrive seule à Paris en 2011, est orientée vers Ikambere en 2012 par l'assistante sociale de l'hôpital où elle consulte. Dès le premier jour et face à son grand dénuement, l'association lui donne un peu d'argent et l'aide à constituer un dossier pour son titre de séjour.

Dès qu'elle obtient son titre de séjour pour soins, en 2013, Fatoumata devient auxiliaire de vie dans une société d'aide à domicile. Puis, grâce à Ikambere, elle suit une formation pour être agent de sécurité, à sa demande. Très vite, elle trouve un CDI dans ce secteur, et fait venir en France ses deux enfants âgés aujourd'hui de 13 et 21 ans. « Quand les enfants sont arrivés, on m'a mise dans un hôtel social. Ikambere m'a aidée avec des colis, des tickets d'achats. » Ikambere et Solibaï² ont joint leurs efforts pour lui

² Dispositif garanti par l'Etat qui permet la location d'un logement à des personnes aux revenus modestes, via des associations agréées

« ON LEUR TEND
DES PERCHES, JUSQU'À
CE QU'ELLES S'EN
SORTENT. »

trouver un appartement, d'abord en hébergement social puis en HLM. À toutes les étapes, elle se bat. L'association est à ses côtés mais c'est Fatoumata qui est le moteur de son parcours. Elle se bat pour que sa fille soit inscrite au lycée, ce qui prendra huit mois. Chaque semaine, elle va à l'hôtel départemental de Bobigny, alors qu'elle est hébergée en hôtel social, pour demander une place en lycée pour sa fille et suivre l'évolution du dossier. Aujourd'hui, sa fille est en deuxième année de formation de secrétaire médicale, après avoir obtenu son bac pro. Son fils est en 5^e, il entre au club de foot de Montfermeil et est régulièrement remarqué par les entraîneurs ; elle en est très fière.

Bien qu'elle ait un CDI, un appartement, elle continue à venir à Ikambere où elle sait qu'on peut la conseiller, pour l'informatique par exemple. Elle utilise beaucoup Internet, et quand elle ne comprend pas quelque chose elle vient ici chercher la réponse.

Aujourd'hui, elle attend sa carte de résidente (un titre de séjour valable dix ans) et travaille étroitement avec l'assistante sociale d'Ikambere pour suivre les calendriers administratifs, « ne pas rater une étape ».

Ce chemin vers l'autonomie est un travail de patience mené ensemble, femmes accompagnées et professionnels d'Ikambere. Comme le dit Concessa : « On leur tend des perches, jusqu'à ce qu'elles s'en sortent » Chaque femme choisit le chemin qu'elle veut prendre, et l'association l'aide à acquérir les compétences adéquates, à trouver les bonnes formations, jusqu'à l'aboutissement de son projet. Pas à pas se construisent des itinéraires professionnels inespérés.



Chapitre 6

**DES TEMPS
DE RÉCRÉATION**





Une vie pleine et entière, c'est aussi des temps gratuits, des temps de respiration hors des soucis du quotidien. Pour ces femmes qui n'ont pas de vacances et qui sont confrontées à des réalités souvent très lourdes, Ikambere crée des échappées belles : sorties culturelles dans Paris, journées à Paris Plages, excursions à la mer à Deauville, moments de fête avec défilés de mode. Le 8 mars de chaque année par exemple, à l'occasion de la journée internationale des droits des femmes, l'association ouvre ses portes et les femmes accueillies sont invitées à venir avec leurs habits de fête, habits traditionnels ou robes du soir. Elles se font belles, défilent, sont à l'honneur, et partagent aussi avec les invités des plats de leur pays, qu'elles ont cuisinés spécialement.

Parfois, certaines femmes partent en vacances dans la « maison de la princesse » à Carpentras. Il s'agit d'une maison mise à disposition par Stéphanie de Monaco, où elles peuvent bénéficier d'un accompagnement social, faire du yoga, des visites culturelles, profiter du jardin, de la nature pour se promener.

Ce sont aussi parfois des activités très simples, qui ne demandent pas énormément de moyens, mais ouvrent l'horizon. Cette année, deux nouvelles activités sont proposées aux femmes par des associations amies, qui viennent dans les locaux de Saint-Denis : écouter des histoires, et danser.

L'HEURE DU CONTE

Aujourd'hui, deux conteuses de l'association Ressac Volontariat sont venues. Les femmes d'Ikambere sont au départ un peu distantes, méfiantes. Elles s'installent presque résignées, parce qu'elles n'ont rien de particulier à faire cet après-midi-là, alors pourquoi pas. Ça ou autre chose...

La première conteuse se lance. Une histoire indienne de galettes, d'un disciple indiscipliné qui va manger toutes les galettes qu'il devait apporter à son maître, et qui s'en tirera par une pirouette. Les femmes sourient. La deuxième conteuse enchaîne avec l'histoire abracadabrante d'un bossu qui meurt en mangeant un poisson. Tout un village tente de se débarrasser de ce cadavre encombrant qui passe de main en main. Et au moment où l'on accuse un innocent de l'avoir tué, le bossu se réveille : il avait juste une arête coincée au fond de la gorge ! Cette fois-ci, les femmes rient franchement. Puis, après quelques devinettes auxquelles elles participent de bon cœur (« Quand on dit son nom, on le brise. Qui est-ce ? Réponse : le silence ! »), une des deux conteuses entreprend une histoire de loup et de prince, où un jeune garçon va d'épreuve en épreuve, dont il triomphe par son courage et sa ruse. Sur demande du roi qui veut le supprimer, il va jusqu'à traverser victorieusement les enfers pour chercher le chapeau du diable, et en revient pour épouser la fille du roi.



les visites chez le médecin. Ces enfants deviennent, sans que rien ne soit dit, les gardiens du secret, ou au contraire ceux qui peuvent le dévoiler et « faire honte à leur mère ».

Par pudeur, les femmes qui sont là, et qui toutes connaissent cette difficulté de vivre avec une maladie qu'on tait, n'en parleront pas, mais elles poursuivent la discussion sur cette sagesse des choses familiales que doivent acquérir les enfants en évoquant la question de la polygamie. L'une d'elles raconte comment, petite fille dans un foyer polygame, elle a pris conscience des rivalités entre les co-épouses et entre les enfants de ces co-épouses dès l'âge de 3 ans. « Dans la maison, on racontait qu'un tableau était magique et que si on le touchait on était transformé en souris. Chaque enfant voulait que la co-épouse qui n'était pas sa mère touche ce tableau, et était terrifié à l'idée que sa propre mère le touche... »

Elle conclut « Avec la polygamie, il y a beaucoup de conflits dans les familles, alors les enfants sont plus sages car ils apprennent vite ce qu'on peut dire ou ne pas dire, selon les adultes à qui on s'adresse »

DANSER POUR GUÉRIR SES BLESSURES

Depuis quelques semaines, le lundi matin, Ikambere accueille un troisième homme, en plus de Luc, le coach sportif, et de Sherifo, le tailleur. C'est Bolewa Sabourin, un très charismatique danseur et chorégraphe franco-congolais, qui a fondé l'association Loba (qui signifie « Exprime-toi » en lingala). En 2016, Bolewa a été bouleversé par l'action du gynécologue Denis Mukwege, « le médecin qui répare les femmes ». Ce chirurgien du Congo-Kinshasa soigne et répare les femmes qui ont été victimes de violences sexuelles, en particulier dans les conflits armés. Bolewa Sabourin a eu, lui, l'idée d'utiliser la danse pour soigner les traumatismes vécus par ces femmes. Aux côtés du docteur Mukwege, il a développé des ateliers de danse-thérapie au

Les yeux sont brillants, les femmes suivent les péripéties du brave jeune homme avec force hochements de tête, claquements de langue et exclamations « Quelle histoire !, s'exclame l'une d'elles à la fin Ça faisait longtemps que je n'avais plus écouté de conte. Tous les soirs, nos grands-parents nous en racontaient Des histoires avec des princes, des orphelins qui étaient maltraités par leur marâtre À la fin, c'était celui qui était maltraité qui réussissait bien, alors que l'enfant de la marâtre finissait comme un idiot »

Les souvenirs d'histoires qu'on se racontait au pays fusent, par bribes. « Il y avait toujours une leçon : la méchanceté des méchants se retourne contre eux-mêmes »

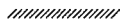
« Ça fait du bien. Quand on écoute, on oublie tout le bazar Ça redonne le moral. On est cent pour cent dedans. » Celle qui dit cela est arrivée sans sourire, peu intéressée, presque endormie. Au fur et à mesure des histoires, elle s'est réveillée, relevée. Maintenant on n'arrête plus son flot de paroles.

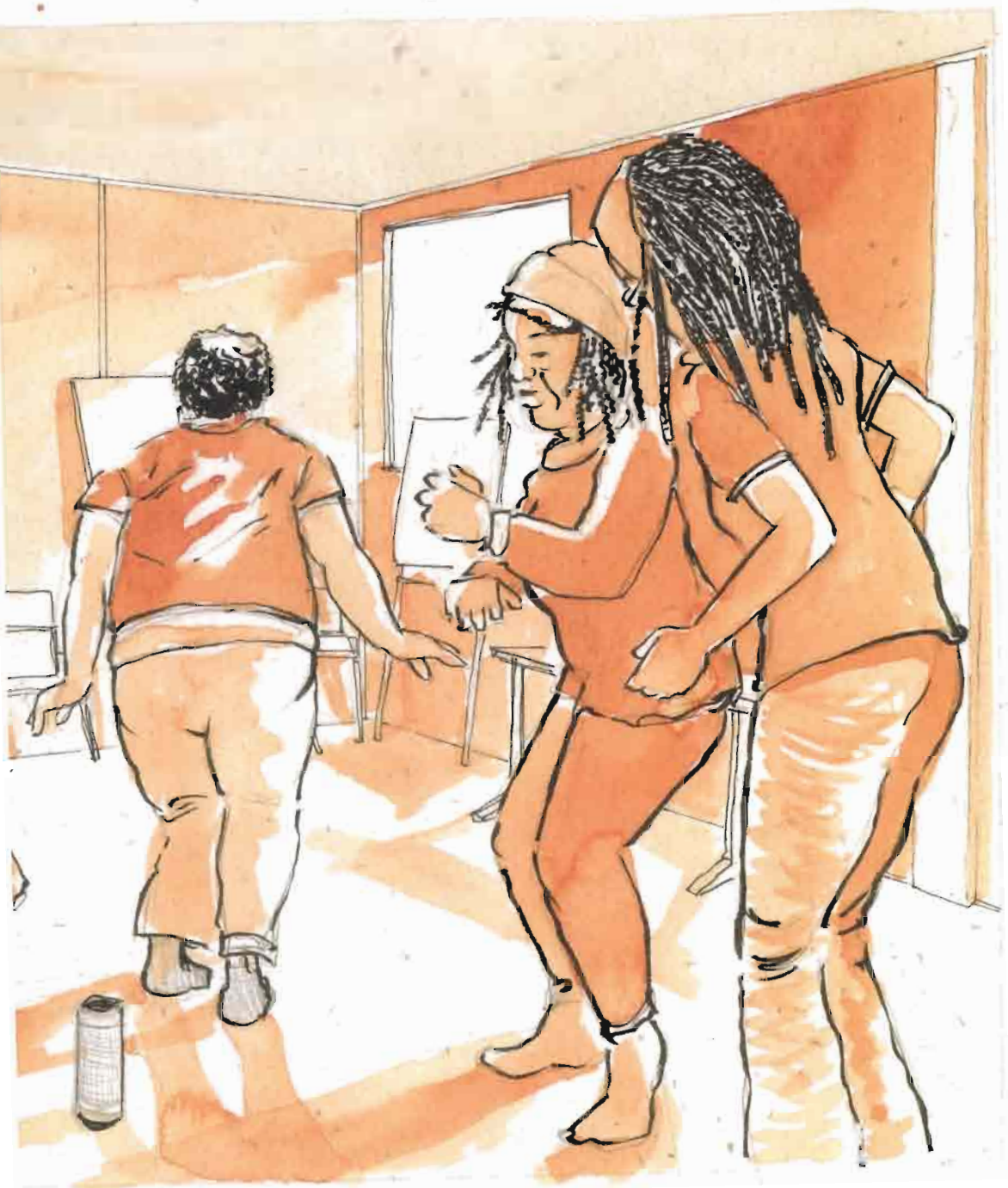
Elle regrette que ses enfants ne grandissent pas avec ces contes. « Au pays, pendant les vacances, au village, on racontait des histoires comme ça avec nos grands-parents. Avec Internet aujourd'hui, nos enfants n'écoutent plus de contes ; ils sont toujours sur le téléphone. Ils savent plus de choses que nous quand on était petits mais ils sont moins sages. Au sens de la sagesse des vieux . savoir faire le discernement ; savoir ce qu'on peut dire devant les étrangers ou pas Aujourd'hui, les enfants font honte à leur mère. Ils parlent des secrets de famille devant tout le monde. » Elle n'en dira pas plus mais, pour ces femmes qui vivent avec le VIH, on imagine bien le poids du secret et les enjeux qu'il y a derrière. Bien souvent, elles n'osent pas dire à leurs enfants qu'elles ont le VIH Mais ceux-ci le devinent par eux-mêmes, en voyant les médicaments dans le frigidaire, en découvrant

RE AU PAYS,
PENDANT LES
VACANCES, AU VILLAGE,
ON RACONTAIT DES
HISTOIRES COMME ÇA
AVEC NOS GRANDS-
PARENTS. ”



*Bolewa danse avec
les femmes et les pousse
à donner le meilleur
d'elles-mêmes.*





Congo, et les propose au sein d'Ikambere, où beaucoup de femmes ont connu de telles violences, au pays, sur leur chemin de migration, ou en France quand elles ont dû dormir dans la rue

Ce lundi matin, Bolewa commence par demander à chacune comment elle va, il se souvient de ce qu'elles lui ont confié la fois précédente, demande à l'une des nouvelles de son fils, à l'autre des nouvelles de sa sœur. Des femmes de tous âges sont là ce matin. L'une est arrivée en soufflant, tirant avec peine son caddie dans l'escalier. L'autre dit qu'elle a des douleurs de dos terribles depuis qu'elle est tombée à deux reprises lorsqu'il neigeait. Bolewa écoute, compatit, puis donne de ses nouvelles : la semaine dernière, il était à New York avec son association, pour monter un spectacle. Il raconte l'invitation par l'université de Columbia, les hôtels, le spectacle. La simple évocation de cette aventure américaine relève celles qui étaient arrivées fatiguées, les yeux brillent. Les femmes se réjouissent, le charrient un peu. « La prochaine fois ne nous oublie pas, tu nous emmènes avec toi ! »

Après l'échange, la danse. Bolewa place son enceinte au milieu de la pièce, tout le monde en cercle autour. On s'ancre dans le sol, on réveille le corps peu à peu, on roule des épaules, la tête bascule d'un côté, de l'autre. Avec la musique, tout doucement, les corps se détendent, entrent dans le rythme. Les plus âgées ne sont pas en reste. Celle qui était arrivée en soufflant avec son caddie est maintenant une autre femme. Souveraine dans son grand boubou, elle danse et a oublié que ses pieds la faisaient souffrir une demi-heure auparavant. Puis le chorégraphe lance une idée : chacune propose un type de pas, de mouvement, et tout le monde reprend. Peu à peu, une fois les pas proposés par chacune mis bout à bout, se construit une chorégraphie, qui est la leur. On répète, cela fait travailler la mémoire car il faut se rappeler l'enchaînement, et fait aussi naître de

la solidarité car il faut s'entraider pour que toutes retrouvent les bons pas. Chacune est libre de proposer ce qu'elle veut « Allez-y, réveillez la créativité qui est en vous ! » Bolewa accueille les propositions, les transforme en mouvements de danse que chacune peut reprendre. Il est dans le cercle, danse avec les femmes, et par le corps et la voix les pousse à donner le meilleur d'elles-mêmes : « Le style ! La grâce ! La douceur ! La joie ! Chacune met un peu de soi ! »

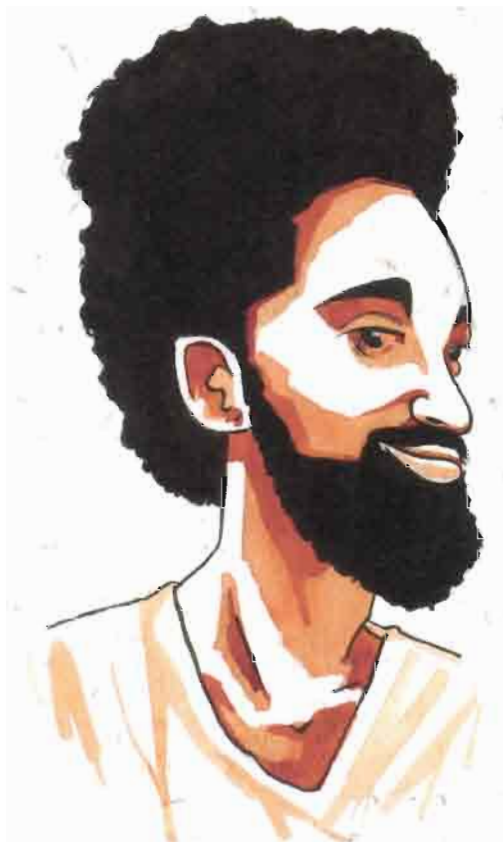
La chorégraphie prend forme, les femmes sont ravies. À la pause, on blague. Celle qui a trop mal au dos s'arrête de danser, mais elle reste, elle est bien. Au bout d'une heure, l'enchaînement est parfait, les femmes dansent avec un plaisir évident, on n'arrête plus les plus jeunes, elles reprennent et reprennent encore la chorégraphie. La séance se finit sur un petit échange. On s'assoit, on commente « Ah, ça réduit le stress. Tu te sens bien après. » « La danse, c'est le mouvement, on s'exprime. »

Bolewa leur fait alors une surprise. Toutes se sont assises par terre et il leur montre, sur son ordinateur, la vidéo d'une émission diffusée sur une chaîne publique de la télévision française à l'occasion du 8 mars 2019¹. C'est un reportage sur son engagement auprès des femmes avec ses ateliers de danse-thérapie. Il y raconte brièvement son parcours, et l'on comprend qu'il a lui aussi été marqué par des choses difficiles : une enfance écartelée entre la France et le Congo, une mère absente et un père parfois violent, un long chemin d'épreuves avant de trouver sa voie et la belle assurance qu'il montre aujourd'hui. Les femmes sont touchées par ces fragilités qu'elles découvrent. Et le plus émouvant est à venir : la suite du reportage a été tournée avec elles, lors d'une des séances précédentes. Les caméras n'ont pas filmé les

**“ AH, ÇA RÉDUIT
LE STRESS. TU TE SENS
BIEN APRÈS. ”**

¹ Reportage disponible sur Youtube « La danse contre la violence - Je l'aime etc », mis en ligne le 6 mars 2019

*« Danser permet
de redonner au
corps sa place. »*



visages pour que leur identité reste cachée (aucune ne veut que son entourage sache qu'elle est séropositive). Mais elles reconnaissent leurs habits et leurs voix, et restent un moment justement sans voix de se voir ainsi dans une émission de télé. « Mais tu es une star qui est invitée à la télé alors ! Merci, merci Ikambere, de nous avoir fait te connaître ! » Cris de joie qui laissent vite place au silence quand dans le reportage l'une d'elles raconte ce qu'elle a connu sur son chemin vers la France : le bateau bondé, la moitié des passagers qui sont morts, les violences.

Les larmes coulent, en silence, mais ce sont de bonnes larmes explique le Bolewa du reportage. Ces larmes disent que quelque chose a été libéré. « Quand on est dans cette charge mentale, on néglige le corps. Danser permet de redonner au corps sa place. »

Celle-là même qui a raconté les choses terribles qui lui sont arrivées conclut : « Ça fait partie de la vie, danser. C'est un espoir qui te libère le cœur. J'ai besoin de ça. »

La vidéo se termine ; les invités du plateau de télévision applaudissent Ikambere, sur proposition de la présentatrice. À Ikambere, les femmes en sont fières et émues.

Bolewa Sabourin termine l'émission par cette phrase : « J'espère que cette énergie qu'elles se sont créée le lundi matin va les accompagner toute la semaine. »

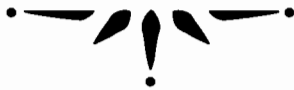
Ces moments arrachés au quotidien, où l'on pose son sac, ne sont en effet pas que des récréations. C'est bien là où chacune puise l'énergie qu'il lui faudra pour tous les petits combats de la semaine : les démarches administratives, le logement, le travail ; les misères du corps, le traitement à prendre ; les moments de solitude.

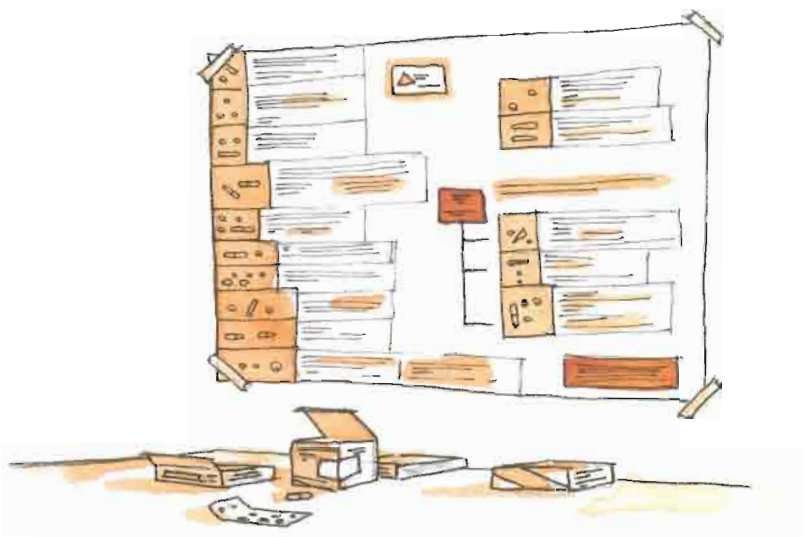
ÇA FAIT PARTIE DE
LA VIE, DANSER. C'EST
UN ESPOIR QUI TE LIBÈRE
LE CŒUR.



Chapitre 7

ÉVOLUER SANS CESSÉ POUR S'ADAPTER





Créée au départ pour répondre à l'appel d'un petit groupe de femmes, Ikambere ne cesse depuis vingt-deux ans d'évoluer et de se transformer pour s'adapter aux besoins des femmes accueillies, aux progrès médicaux qui entraînent des réajustements permanents dans la prise en charge du VIH, ainsi qu'au contexte social et politique.

S'ADAPTER AUX BESOINS DES FEMMES

Ikambere s'est développée sur cette colonne vertébrale : écouter les besoins des femmes, imaginer de nouvelles activités pour y répondre. Avec l'objectif général d'améliorer leurs conditions de vie, dans toutes ses dimensions. Au départ, l'urgence était de rompre l'isolement dans lequel le VIH avait placé ces femmes. La seule chose qu'il était alors possible de faire était d'adoucir leur vie, de leur permettre d'être ensemble pour que ce soit moins douloureux. L'association était avant tout un refuge pour celles qui ne savaient pas où aller ou à qui parler. Comme les femmes y passaient la journée, il

fallait donc leur proposer un repas. C'était d'ailleurs, pour certaines femmes rejetées par leurs proches, le seul repas de la journée. De là est venue la place centrale du repas. Puis Bernadette a eu l'idée de proposer des cours de couture pour les occuper, leur changer les idées tout en faisant quelque chose qui leur serait utile : créer ou réparer des habits. Elle les donnait d'abord elle-même, elle qui est très bonne couturière et avait pensé un temps à faire son métier, puis a fait venir Sherifo le tailleur. Mais elle a réalisé que cela ne suffisait pas. Pour vraiment aider ces femmes à vivre en France, il fallait aussi les aider à s'y installer : avoir des papiers, un logement. C'est ainsi que, comme expliqué au fil des chapitres précédents, ont été développés en parallèle d'Ikambere les ateliers d'insertion de La Main fine (couture, coiffure) pour permettre aux femmes d'accéder à un travail, à un salaire. Puis Ikambere a obtenu des appartements passerelles, qui permettent aux plus malades de se loger pendant quelques mois, le temps de remonter la pente, de retrouver des forces pour entrer dans le « système général ». Dans le même temps, a été mise en place toute la série d'activités pour redonner désir et bien-être : peinture et poterie, sport, séances d'esthétique, visites culturelles, sorties et vacances, groupes de parole.

Diana

TROUVER ENSEMBLE DES SOLUTIONS

Toutes ces adaptations se sont faites en écoutant les besoins des femmes. Diana, que j'ai rencontrée au groupe mère-enfant avec son bébé de neuf mois, l'exprime clairement : « Même quand on ne peut pas résoudre mon problème, la façon de m'écouter, c'est

comme si on l'avait résolu. On trouve ensemble des solutions. » Diana a eu une vie difficile au Cameroun. Son mari, qu'elle aimait et avec qui elle a eu deux enfants, a été poussé par sa famille à prendre une deuxième épouse, de son ethnique. Diana n'a pas eu d'autre choix que d'accepter cette co-épouse car, explique-t-elle, elle aimait son mari, elle ne voulait pas le quitter. Quand celui-ci est emprisonné pour un an (elle ne me dira pas pourquoi), Diana reste fidèle, lui rend visite, s'occupe de lui. L'autre épouse s'en va. À sa sortie de prison, son mari prend une autre co-épouse, toujours pour satisfaire sa famille, toujours pour avoir une femme « de chez eux ». Cette fois-ci, Diana se fâche et s'en va avec ses enfants. Elle vit de petits commerces dans la rue, a un ami pendant six ans, qui tombe malade et meurt d'un accident vasculaire-cérébral. Après le décès de cet ami, elle fait un test VIH rapide à l'occasion d'une campagne de rue ; elle le fait en toute confiance, car elle est en pleine santé. Coup de tonnerre : le résultat est positif. Elle ne veut pas y croire. Dévastée, elle appelle sa mère, qui la rassure, l'accueille, mange dans le même plat qu'elle, pour lui montrer que Diana reste toujours son enfant, qu'elle n'a pas peur de la maladie. Diana se rappelle encore aujourd'hui de ce repas partagé. Ensemble, elles décident que Diana doit partir se faire soigner ailleurs qu'à Yaoundé où la stigmatisation est trop forte : « Quand tu vas à l'hôpital pour prendre tes médicaments contre le sida, tu dois "faire le rang" et du coup tout le monde sait que tu as cette maladie et ensuite tu es traitée comme une fille de mauvaise vie. » Diana arrive à Paris chez sa sœur en 2017. Elle se sent mal, a des nausées, et va à la consultation de Médecins du Monde : elle apprend alors qu'elle est enceinte,



à sa très grande surprise car pendant des années elle avait essayé d'avoir un nouvel enfant, avec son ancien mari, sans y arriver. Elle est alors orientée vers l'hôpital Delafontaine (Saint-Denis) pour le suivi de sa grossesse et la prise en charge de son infection VIH qui est alors confirmée, et va à Ikambere accompagnée par sa sœur. À son arrivée, elle est accueillie par Concessa qui lui offre un café. « Je me souviens de ce jour comme si c'était hier, on a discuté, c'est comme si on se connaissait depuis toujours. Quand je vivais chez ma sœur, je vomissais, j'avais des nausées avec les premiers mois de la grossesse. Dès que j'arrivais à Ikambere ça s'arrêtait, je me sentais bien. Mon bébé est né en avril. Ici, je suis épanouie ; je suis libre. C'est une famille où je peux parler. Il y a de l'ambiance ; chacune dit comment elle a chopé la maladie. On apprend de l'expérience des autres. On devient des amies, on se téléphone quand on n'est pas à Ikambere. »

La vie de Diana n'est pas facile : elle est logée en hôtel social par le 115, elle attend son titre de séjour pour soins. Dès qu'elle l'aura, elle pourra faire une formation pour travailler comme agent de sécurité. Ses grands enfants sont restés au Cameroun avec sa mère ; elle les appelle souvent sur WhatsApp. Tout à la fin de l'entretien, elle me dit, en passant, que son bébé est trisomique. Mais elle me dit surtout qu'elle a repris goût à la vie, grâce à l'accueil et à l'écoute qu'elle a trouvés ici.

“ ON A DISCUTÉ,
C'EST COMME SI ON SE
CONNAISSAIT DEPUIS
TOUJOURS. ”

S'ADAPTER AUX PROGRÈS DANS LA LUTTE CONTRE LE VIH

Créée autour de la maladie VIH, Ikambere s'adapte aussi, en temps réel, aux progrès dans la prise en charge de cette maladie très particulière : ce n'est pas seulement une maladie qui fait peur,

qui met « à part ». C'est aussi une épidémie qui a déclenché un effort de recherche et une mobilisation internationale sans précédent. Aucune autre maladie n'a été marquée par une telle rapidité dans les avancées de la recherche médicale. Le virus est identifié en 1983, en 1987 apparaît le premier traitement antirétroviral (AZT), en 1996 est démontrée l'efficacité des trithérapies (combinaison de trois antirétroviraux). Dès les années 2000, on réalise que les femmes enceintes qui sont sous trithérapie ne transmettent plus le virus à leur enfant, et à partir de 2008 les études permettent d'affirmer que les personnes, hommes ou femmes, qui sont sous traitement et pour lesquelles le virus est contrôlé (indétectable dans le sang) ne le transmettent plus par voie sexuelle.

Si aujourd'hui on ne sait pas encore guérir complètement les personnes en éliminant le virus du sida, il est tout de même possible, grâce à ces traitements, de vivre en bonne santé avec ce virus, d'avoir des enfants, une vie amoureuse et sexuelle, de travailler, de sortir... Les médicaments sont de plus en plus simples à prendre et de mieux en mieux tolérés. Les effets secondaires sont moins lourds. Mais, rappelle Bernadette, « même si le contexte a changé avec l'arrivée de médicaments qui n'entraînent plus aujourd'hui des déformations physiques comme par le passé, ce qui n'a pas changé c'est qu'il faut vivre avec la maladie et le regard de l'entourage ».

Les activités développées à Ikambere ont suivi et continuent de suivre ces avancées de la lutte contre le sida. Accompagner les femmes, ce n'est pas seulement adoucir leur vie mais c'est aussi les aider à prendre en main leur maladie. Au début, en l'absence de traitement possible, la seule chose que pouvait apporter l'association – et c'était capital –, c'était le partage. Se retrouver pour être plus fortes ensemble, faire face. Avec l'arrivée des premiers traitements antirétroviraux, en 1996, il a fallu informer, expliquer, pour que les



*Vivre en bonne santé avec
le virus, avoir des enfants,
une vie amoureuse et sexuelle,
travailler, sortir.*

femmes aient le meilleur accès possible aux traitements. Chaque année a vu son lot de nouvelles découvertes médicales, de nouveaux médicaments, de nouvelles recommandations.

Ces avancées sont extraordinaires mais vertigineuses pour celles et ceux qui vivent avec ce virus, qui doivent s'adapter à tout moment à ces nouvelles connaissances, à des recommandations qui peuvent être contradictoires avec les précédentes. Un exemple : dans les années 1990 et 2000, lorsqu'une femme séropositive pour le VIH accouchait, on lui demandait de ne pas allaiter son enfant, le lait maternel pouvant transmettre le virus. En 2010, les recommandations de l'OMS ont totalement changé : une femme dépistée séropositive est mise sous traitement antirétroviral hautement efficace dès sa grossesse, de ce fait le virus n'est plus présent dans son lait maternel et elle peut allaiter. En Afrique, où ne pas allaiter son enfant peut être mal vu socialement et où surtout donner des biberons peut être dangereux pour l'enfant s'ils sont préparés avec de l'eau non potable ou dans des conditions non stériles, l'allaitement est la meilleure option. Cependant, ces changements de recommandations radicaux ont été très déstabilisants pour les femmes africaines. Pour celles qui ont découvert leur infection avant les années 2000, il a été très difficile d'accepter de ne pas allaiter alors que toutes les femmes de la famille et de l'entourage allaitent chaque enfant pendant au moins un an. Être la seule à ne pas allaiter, c'était être montrée du doigt, prendre le risque de faire courir des bruits sur une éventuelle maladie (alors qu'elles voulaient justement la cacher), et pire encore, courir le risque d'être une mauvaise mère : ne dit-on pas que c'est l'allaitement qui attache l'enfant à sa mère ?

Pour les femmes qui ont fait ce deuil de l'allaitement pour leurs enfants nés dans les années 2000, comment comprendre et accepter que dix ans plus tard les mêmes médecins ou sages-femmes qui

leur ont interdit d'allaiter leur expliquent que ce n'est plus un problème? Pour les femmes qui vivent en France, africaines ou non, cette question se pose moins car nourrir un enfant au biberon passe inaperçu. Pour autant, les informations circulent entre la France et le pays d'origine et les questions demeurent. Il faut donc y répondre, avec pédagogie et l'information la plus à jour possible. C'est bien pour cela qu'Ikambere fait venir régulièrement à l'association des professionnels pour expliquer ces avancées médicales et répondre aux questions des femmes : médecins spécialistes de la prise en charge du VIH, sages-femmes, gynécologues obstétriciens, dermatologues, etc. Les médecins expliquent ce virus si compliqué, les traitements qui existent, répondent aux angoisses par rapport à la mort, et sont capables de rassurer puisqu'au fur et à mesure des années ils disposent d'un arsenal de plus en plus étoffé pour combattre le virus et faire reculer le risque de mourir. Ils expliquent aussi comment prévenir sa transmission : il faut aider les femmes à se prémunir d'éventuelles réinfections (il existe plusieurs souches du virus) et à protéger leur entourage, leurs partenaires sexuels, leurs enfants.

**IKAMBERE FAIT VENIR
RÉGULIÈREMENT
DES PROFESSIONNELS
POUR EXPLIQUER CES
AVANCÉES MÉDICALES.**

UN ACTEUR RECONNU DANS LE CHAMP DE LA SANTÉ ET DU SIDA

Cet effort permanent d'adaptation et de formation, pour apporter l'information la plus juste et la plus pertinente en écoutant les besoins des personnes concernées, a conduit Ikambere à devenir un acteur à part entière de la lutte contre le sida. L'association a en effet peu à peu développé une véritable expertise collective tant dans la prise en charge que dans la prévention du VIH, grâce à ces formations continues par des professionnels venant régulièrement présenter les dernières connaissances en la matière, aux recrutements de médiatrices de santé spécialisées dans ce domaine de la prévention sexuelle et à des formations régulières de ses salariées.

**L'ASSOCIATION EST
RÉGULIÈREMENT
CONSULTÉE PAR LES
INSTANCES NATIONALES
CHARGÉES DE LA LUTTE
CONTRE LE SIDA.**

Aujourd'hui, Ikambere est sollicitée par de nombreux hôpitaux de la région parisienne et par des foyers de travailleurs pour, bien au-delà de l'accompagnement des femmes touchées par la maladie, faire de la sensibilisation au VIH et proposer des dépistages rapides. L'association est régulièrement consultée par les instances nationales chargées de la lutte contre le sida : elle a participé à l'élaboration du plan national de lutte contre le sida, est fréquemment invitée à présenter son expérience dans des colloques nationaux et internationaux.

Cette reconnaissance procède à la fois du « savoir-faire » acquis au long de ces années et d'une vraie capacité à le « faire savoir » : chaque 8 mars, journée internationale des droits des femmes, l'association organise un événement, ouvre ses portes et invite largement. Régulièrement, elle monte des petits colloques sur des thèmes appartenant au champ de son expertise : femmes et VIH, santé sexuelle, VIH et précarité, accompagnement des personnes séropositives qui vieillissent.

Une des clés de cette large reconnaissance est sans doute aussi à chercher dans un positionnement plein de bon sens par rapport aux questions communautaires : association créée au départ par des femmes africaines, pour aider des femmes africaines, Ikambere affiche clairement son ancrage dans cette communauté. Le logo représente un double profil de femmes noires avec un foulard de tête en forme de continent africain. Pour autant, pas de communautarisme rigide : la maison est ouverte à toutes les femmes qui vivent avec le VIH, et on y trouve aussi des femmes d'Europe de l'Est par exemple, même si elles sont beaucoup moins nombreuses que les Africaines. Dans l'équipe qui y travaille, c'est la même chose : la majorité des personnes ont des origines africaines, mais pas toutes. Il n'y a pas d'ostracisme, les personnes prêtes à s'engager sont toutes bienvenues, quelle que soit leur origine. Ainsi, Ikambere est largement

sollicitée en tant qu'association africaine, qui porte la voix de cette communauté et peut en apporter une connaissance de l'intérieur, mais elle ne revendique pour autant jamais cette appartenance identitaire, et est ouverte à toutes et tous.



Chapitre 8

UN LIEU DE CROISSANCE POUR CELLES ET CEUX QUI Y TRAVAILLENT





On connaît bien le dicton africain selon lequel pour élever un enfant, il faut tout un village. De la même façon, pour relever une femme, il faut toute une équipe. Comme au village, comme en famille, se côtoient à Ikambere des anciens et des plus jeunes, ceux qui gardent la mémoire des débuts et ceux qui apportent un souffle de nouveauté. Les parcours sont très variés, mais on ne vient pas travailler à Ikambere par hasard. On y entre parce qu'on a été frappé et séduit par la parole de Bernadette ou de Rose, par la chaleur et la joie du repas et de l'hospitalité. On y reste car c'est un « lieu de croissance », pour les professionnels comme pour les femmes accompagnées.

Certains sont arrivés là après une reconversion radicale, comme Luc, le coach sportif que nous avons déjà présenté, qui était comptable dans une première vie, ou Nanténin, dont le premier métier était gestionnaire dans un cabinet de géomètre. Nanténin a repris ses études à 25 ans, pour devenir assistante sociale. Après un premier emploi dans une mairie, elle est séduite par l'aspect convivial d'Ikambere, et cet accompagnement de la personne dans toutes ses

dimensions, dès son arrivée. Elle dira que ce qui l'a frappée, c'est cet accueil autour d'un repas, dès le premier jour, et le fait que la femme puisse échanger avec d'autres femmes qui vivent la même chose qu'elle

Parmi ces parcours de reconversion, on peut mentionner aussi celui de Fatem-Zahra, la toute jeune directrice adjointe. Née au Maroc dans une famille très francophile (elle a une grand-mère française), elle fait sa scolarité au lycée français de Casablanca. Brillante, elle rentre à Sciences Po Paris après son bac. Elle y apprend le chinois, passe un an à Pékin, et se prépare avec un master d'affaires publiques à travailler pour les administrations internationales ou à devenir directrice d'hôpital. Après un stage dans chaque domaine, elle comprend qu'aucune de ces voies ne lui convient et s'oriente vers le mécénat. Elle travaille pendant cinq ans pour une fondation d'entreprise du secteur du luxe où elle est chargée des projets favorisant l'autonomie des femmes. Au bout de cinq ans, elle se dit qu'il est temps d'aller voir comment ça se passe dans les associations, de « passer de l'autre côté » comme elle dit. Elle ne connaît ni Ikambere ni le monde du VIH/sida, et c'est un cabinet de recrutement qui la met en contact avec Ikambere. Elle se lance dans l'aventure, passe de son bureau de Neuilly-sur-Seine à l'appartement d'Ikambere à Saint-Denis. Arrivée en 2017, elle y apporte toute sa connaissance des leviers du mécénat, des ingrédients d'une communication réussie. En un an, elle décroche une quinzaine de nouveaux contrats de mécénat. Son sourire rayonnant quand elle parle de cette nouvelle mission est éloquent. Elle a trouvé ici un défi qui a du sens. La jeune femme brillante, modèle de l'élite à la française, devant qui toutes les portes s'ouvrent, trouve au service des femmes d'Ikambere un défi à sa mesure.

À côté de ces parcours atypiques de reconversions, on rencontre aussi des professionnels arrivés tout naturellement à Ikambere après



Pour relever une femme, il faut toute une équipe.

une formation dans le domaine du social. À commencer par Bintou qui, dès son jeune âge à Épinay-sur-Seine, s'engage comme animatrice auprès de jeunes en difficulté, s'oriente très vite vers le métier d'assistante sociale et arrive à Ikambere en stage de fin d'études, pour revenir ensuite y travailler. À ses débuts, elle se rappelle avoir eu peur du VIH, même si elle savait parfaitement comment il se transmet. et comment il ne se transmet pas. Mais ces appréhensions sont vite levées au bout de quelques jours, et elle est touchée par ces femmes si isolées, si précaires, si mal connues. Auprès d'elles, elle mesure l'utilité de son travail, son sens profond. Pourtant, ce n'est pas un travail facile tous les jours pour une très jeune femme. Elle doit faire face à des situations de grande souffrance. De plus en plus souvent, elle voit arriver des femmes aux parcours migratoires traumatisants, souvent passées par la Libye, où elles ont pu être séquestrées, violentées, torturées. Elle découvre aussi l'ostracisme auquel sont exposées les femmes touchées par le virus du sida, la crainte qu'elles ont d'être rejetées par leurs proches si elles racontent qu'elles ont le VIH. Elle a vu des femmes repoussées même par leurs enfants. Enfin, elle doit faire avec la différence de générations. Toute jeune, elle accompagne et conseille des femmes qui ont l'âge de sa mère. Elle doit s'adapter à chacune, et utilise pour cela « son grand sourire », comme elle le dit elle-même.

Diane était assistante sociale en Côte d'Ivoire au début des années 1990 et y a vu les débuts de l'épidémie du sida. Elle part ensuite en France, obtient un poste au service des maladies infectieuses à l'hôpital Saint-Louis et, lorsqu'elle est envoyée par son service au premier colloque organisé par Ikambere en 2001, elle décide que c'est là qu'elle doit travailler. elle peut y conjuguer son métier d'assistante sociale, son souci d'aider les femmes immigrées d'Afrique en France, et sa connaissance de l'épidémie du sida. Dix-huit ans après, elle est toujours là.

Nadia, l'assistante de Bernadette, est arrivée à Ikambere en 2004 un peu par hasard après un BTS d'assistante de direction. Au départ, elle cherchait juste un petit contrat d'un an pour avoir une expérience avant de reprendre éventuellement d'autres études. En 2019, elle fait toujours partie de l'équipe. Elle raconte avoir découvert « la cause » sur place. Ces femmes, auxquelles elle peut s'identifier car ce sont aussi des femmes, des mères, des épouses, l'ont touchée. Arrivée elle aussi toute jeune dans l'association, elle a « grandi » à Ikambere. Depuis, elle est devenue elle aussi épouse, mère. C'est un compagnonnage qui s'est tissé. Elle parle d'une expérience humaine forte : du stress parfois (il faut courir après les financements, imaginer de nouvelles activités), mais beaucoup de satisfactions (la croissance des projets, la joie des femmes quand on les emmène à la mer, au spa.)

Parmi la vingtaine de salariés d'Ikambere, beaucoup sont aussi, comme on l'a raconté au fil des portraits qui ont émaillé les chapitres précédents, des femmes vivant avec le VIH qui ont été accompagnées par l'association, ont pu retrouver l'espoir, l'énergie, ont obtenu un titre de séjour, ont travaillé un moment comme bénévoles pour à leur tour aider leurs sœurs, et ont ensuite été engagées comme salariées.

**PARMI LA VINGTAINÉ DE
SALARIÉS D'IKAMBERE,
BEAUCOUP SONT DES
FEMMES VIVANT AVEC
LE VIH QUI ONT ÉTÉ
ACCOMPAGNÉES PAR
L'ASSOCIATION.**

C'est le cas de Rose, médiatrice, spécialiste en santé sexuelle, celle qui anime les discussions à la cafétéria et qui est souvent la porte-parole d'Ikambere. Rose explique aux femmes accompagnées qu'elle aussi est « concernée » par le VIH. Mais Murielle, Fatou, Adeline, et la plupart des femmes qui travaillent à Ikambere et qui en sont d'anciennes bénéficiaires préfèrent rester discrètes sur le fait qu'elles vivent avec le VIH. Elles le confient parfois à une femme particulièrement abattue pour lui montrer qu'il est possible de s'en sortir, mais le reste du temps cela fait partie de leur jardin secret.



*Rose, médiatrice,
spécialiste en
santé sexuelle.*

Même si elles restent discrètes sur cette maladie avec laquelle elles continuent à vivre, chacune exprime combien travailler à Ikambère les aide à avancer. Fatou, la cuisinière, confie : « Donner à manger à celles qui ont faim me soulage ; ça me donne du moral et du courage. » Murielle explique que si elle travaille ici comme médiatrice, c'est qu'elle aime ce service qui lui donne des forces. Elle aime l'écouter que rencontrent ici des femmes qui arrivent dans un état chaotique. Elle aime les voir reprendre goût à la vie. Chacune a des histoires terribles à raconter. Murielle se souvient d'une femme qui habitait avec sa meilleure amie, avec laquelle elle était arrivée du

Mali. Le jour où elle a été diagnostiquée et hospitalisée, son amie l'a chassée et a envoyé à l'hôpital toutes ses affaires.

Assita

DEVENUE ÉDUCATRICE THÉRAPEUTIQUE

Assita, qui aide les femmes à comprendre et à bien prendre leur traitement (ce qu'on appelle l'éducation thérapeutique), est elle aussi passée par Ikambere en tant que bénéficiaire. Petite femme vive et souriante, elle était pâtissière au Burkina Faso. Après une formation de trois ans en France, elle ouvre un salon de thé à Ouagadougou. Le salon ne marche pas toujours très bien, alors elle cumule les activités : traiteur, visiteuse médicale... Après son divorce, elle découvre en 2012 qu'elle est séropositive pour le VIH. Elle a sans doute été infectée récemment car ses CD4 sont encore très élevés et le médecin lui explique que de ce fait elle n'est pas éligible aux traitements, en tout cas pas à Ouagadougou (à l'époque, les recommandations internationales étaient de ne démarrer les traitements que quand l'immunité avait commencé à baisser et quand son marqueur, les lymphocytes CD4, étaient passés au-dessous d'un certain seuil). Elle décide alors de revenir en France pour s'y faire traiter, car les recommandations y sont de mettre les personnes sous traitement antirétroviral dès la découverte d'un diagnostic positif pour le VIH. Or Assita ne veut pas rester avec cette maladie sans traitement. À son arrivée en France, en 2014, elle cherche un lieu pour pouvoir enfin parler de sa maladie qu'elle a cachée quasiment à tout le monde. Elle entend parler d'Ikambere,

s'y rend, participe à toutes les activités, puis très vite se propose comme médiatrice de santé bénévole. Grâce à Ikambere, elle est logée en appartement thérapeutique, puis trouve un travail comme agent associatif au Comité des familles, puis à Sol en Si. Elle est ensuite cuisinière en crèche pendant six mois. Dans le même temps, elle passe un diplôme universitaire d'Éducation thérapeutique du patient, et dès qu'une place de médiatrice de santé salariée se libère, elle rejoint Ikambere, cette fois comme professionnelle. La petite pâtissière multitâche de Ouagadougou a retrouvé sa belle énergie, en voyant des sœurs qui ont retrouvé la leur. C'est elle qui dira en parlant de son arrivée dans l'association : « Quand on voit toutes ces jolies femmes qui sont là, on se dit : si les autres vivent avec, pourquoi pas moi ? C'est le soleil qui revient. » Elle a le désir de donner ce qu'elle a reçu, en particulier par le biais de l'éducation thérapeutique. Elle en a elle-même bénéficié au sein du Comité des familles et dit que cela l'a beaucoup aidée, en particulier à prioriser ses besoins. Elle a appris l'importance du sport, du suivi diététique et elle souhaite transmettre cette expérience à d'autres. Cela l'a aussi aidée à parler de sa maladie avec son entourage : son fils en particulier, mais aussi sa mère, lorsque celle-ci est venue en France lui rendre visite. Elle en a profité pour lui en parler en face à face ; par téléphone, c'est trop dur. Pouvoir le dire à sa mère l'a libérée d'un grand poids car cela a aidé cette dernière à accepter que sa seule fille reste en France. Maintenant, elle la soutient dans ce choix de vie. Elle a même étonnement bien réagi quand sa fille lui a annoncé sa séropositivité pour le VIH. Elle lui a répondu que cela l'angoissait moins que le cancer, car le VIH se soigne, le cancer pas toujours.

Ainsi, les parcours qui amènent à travailler à Ikambere sont très variés. On y rencontre des profils très divers, des femmes venues d'Afrique et dont les histoires de vie sont très proches de celles des

**“ QUAND ON VOIT
TOUTES CES JOLIES
FEMMES QUI SONT LÀ, ON
SE DIT : SI LES AUTRES
VIVENT AVEC, POURQUOI
PAS MOI ? ”**

femmes accueillies, mais aussi d'autres femmes qui ne sont pas nées en Afrique et n'ont connu ni l'exil, ni la maladie, on y rencontre même quelques hommes. le coach sportif, le tailleur. Mais tous, dans leur diversité, parlent d'Ikambere comme d'un lieu de croissance, un lieu où ils reçoivent autant qu'ils donnent et qui les fait grandir. Luc, le professeur de sport, explique qu'il a eu beaucoup d'autres propositions, bien plus intéressantes financièrement, mais qu'il ne lâcherait pour rien au monde les deux séances hebdomadaires qu'il a avec les femmes d'Ikambere.

Les principes appliqués pour aider chaque femme à reprendre sa vie en main sont valables aussi au sein de l'équipe. la confiance, l'autonomie, en réponse à l'engagement

Un effet évident de cette philosophie d'accompagnement est la stabilité de l'équipe. Les postes clés sont tenus par des personnes qui s'engagent, qui restent. « On reste car ces femmes ont besoin de nous », confie Nadia

L'autre trait frappant est justement ce sentiment très fort d'appartenance à une équipe. Plusieurs fois j'entendrai : « C'est un travail d'équipe. Chacun fait ce qu'il y a à faire pour que ça marche, même si ça sort de sa fiche de poste » Seynabou, chargée des dépistages rapides (tests rapides d'orientation diagnostique, les TROD), me donne un exemple : « C'est moi la responsable des dépistages rapides que nous proposons sur le marché de Saint-Denis et dans les universités. Mais le jour du TROD, tout le monde s'y met. la responsable administrative ou la directrice conduit le camion, l'agent d'entretien aide à charger ou décharger, les autres médiatrices sont mobilisées. Toutes sont là pour s'épauler les unes les autres. Une est responsable et les autres aident. La répartition des tâches se fait le lundi matin lors de la réunion de régulation »

Édith, la responsable administrative et financière, a son permis de conduire. Ainsi, le vendredi, lorsqu'il faut transporter les colis alimentaires et que les assistantes sociales qui le font d'habitude ne sont pas disponibles, il lui arrive de conduire la camionnette. Édith a travaillé auparavant comme ingénieure informaticienne dans des grands groupes (France Télécom, Air France, Lyonnaise des eaux). Elle arrive à Ikambere en 2017, et cette expérience de travail associatif est très nouvelle pour elle. Les débuts ne sont pas faciles. En tant que mère (elle a six enfants), elle souffre de voir « toutes ces mamans avec une maladie qui peut être grave ». Elle prend vraiment conscience de ce qu'est la maladie VIH/sida et réalise qu'elle la connaissait peu jusque-là. Elle découvre, à sa grande surprise, qu'on peut vivre bien et avoir des enfants, même avec cette maladie. À la différence de ses précédents emplois dans des grandes entreprises, elle parle de son travail ici comme d'une « vie de famille » : « Chacun est au service des autres ; la directrice donne l'exemple en accomplissant d'autres tâches si nécessaire : servir les repas, faire le ménage dans son bureau... » Elle aussi souligne que ce nouveau travail la conduit à sortir fréquemment de sa « fiche de poste ». Elle conclut : « Le côté culturel africain nous aide : la vie en groupe nous est familière. On s'associe et on avance. Ailleurs, nous ne sommes que des numéros. »

 LE CÔTÉ CULTUREL
AFRICAIN NOUS AIDE :
LA VIE EN GROUPE NOUS
EST FAMILIÈRE. ”



Conclusion

**DES FEMMES
QUI RETROUVENT LEUR
PUISSANCE DE VIE**



Retrouver l'estime de soi, apprendre à connaître ses droits, acquérir des compétences et des connaissances pour être capable de « mener sa barque », de conduire sa vie : tous ces ingrédients qu'ont mis au point intuitivement les membres d'Ikambere sont très exactement ceux de cette démarche qu'on appelle « *empowerment* » en sociologie et en psychologie sociale. Ce terme anglais est difficile à traduire car il désigne à lui seul deux dimensions que le français peine à articuler en un seul mot : celle du pouvoir d'agir, de la capacité à prendre en main les rênes de sa vie, et celle de la prise de conscience de ses forces qui permet d'accéder à ce pouvoir. Ainsi, ce terme *empowerment* est-il traduit en français tantôt par « pouvoir d'agir » ou « capacité d'agir », tantôt par « autonomisation », mais ce sont ces deux notions à la fois que porte le terme.

Inspiré de la pédagogie des opprimés de Paulo Freire, qui montre l'importance de l'éducation pour que les groupes dominés prennent conscience de leur soumission et s'en libèrent, l'*empowerment* est revendiqué dans les années 1970 aux États-Unis d'Amérique par les mouvements noirs et les mouvements féministes qui défendent les femmes battues. C'est un processus qui se veut égalitaire, participatif et social. Il s'agit pour les groupes opprimés de révéler et développer une conscience sociale, une conscience critique, leur permettant de réaliser qu'ils détiennent une forme de pouvoir et de développer leur capacité d'action.

Le pouvoir d'agir dont on parle ici est tout à la fois personnel et collectif, l'un étant indissociable de l'autre. C'est parce que chaque individu prend conscience de son appartenance à un groupe de pairs, de personnes qui lui ressemblent et qui connaissent les mêmes difficultés, qu'il prend conscience à la fois de ses droits et de son pouvoir d'agir pour améliorer sa situation mais aussi celle de ses pairs.

Ce qui se passe au sein d'Ikambere illustre bien comment les processus d'acquisition de ces compétences individuelles et de l'estime de soi passent par une démarche participative collective : les femmes retrouvent confiance en elles car elles réalisent qu'elles appartiennent à un groupe qui partage les mêmes difficultés, les mêmes forces. Ce sont les autres semblables qui aident à se reconstruire. La participation communautaire apparaît ainsi comme une stratégie cruciale pour lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale.

L'expérience des trois dernières décennies a montré les limites des stratégies descendantes (le « faire pour ») et au contraire la solidarité des démarches ascendantes (le « faire avec », le soutien par les pairs). Face à un handicap, un problème de santé grave, une situation de vie difficile, s'aider mutuellement entre personnes qui vivent la même situation permet de combler des besoins auxquels les institutions ne sont pas en mesure de répondre. C'est la force des groupes dits d'« auto-support », à l'origine des associations de patients, un exemple bien connu étant celui des groupes « alcooliques anonymes ». S'appuyer sur les personnes concernées par la maladie, l'exil, la précarité, et qui s'en sortent peu à peu, pour aider celles qui sont un peu derrière elles sur le chemin.

Ensemble, construire une expertise collective pour apporter les réponses ajustées aux besoins. C'est exactement ce qui se passe à Ikambere, et cela est illustré par l'embauche au sein même de la structure de femmes qui sont passées par toutes ces étapes de la maladie, de l'exil, par l'inquiétude de ne pas savoir où dormir le soir. Ces « professionnelles » comprennent parfaitement les situations que vivent les femmes qu'elles reçoivent en entretien ; elles savent ce qui se passe le week-end quand Ikambere ferme ses portes. Elles connaissent l'angoisse de l'attente du 115 qui ne répond pas, les enfants restés au pays et qui crucifient le cœur

**S'AIDER MUTUELLEMENT
PERMET DE COMBLER
DES BESOINS AUXQUELS
LES INSTITUTIONS NE
SONT PAS EN MESURE
DE RÉPONDRE.**

Et parce qu'elles peuvent s'appuyer sur ce partage, parce qu'elles ont toutes vécu des choses terribles, les femmes peuvent en rire entre elles. À une femme très abattue qui un jour, au moment du déjeuner, dit que ce n'est plus possible, qu'elle va se suicider, une autre répond « Il ne faut pas te rater alors ! » Éclat de rire général, y compris de l'intéressée. Une autre, toujours à la cafétéria, rit du VIH qui l'amaigrit et démarre un vrai strip-tease pour montrer comment, pour continuer à avoir des belles fesses, elle empile les caleçons

Ikambere est un lieu de joie

C'est un lieu qui relève, qui fait grandir, aussi bien ceux qui y sont accueillis que ceux qui y travaillent. Cela passe en particulier par le respect de la souffrance, de la singularité de chaque femme, la confiance dans ses capacités, l'autonomie laissée à chacune, un rapport d'égal à égal, le refus de l'infantilisation

Individuelle et collective, la démarche d'*empowerment* porte aussi en elle une dimension politique, car prendre conscience de sa capacité à changer sa situation et celle des autres autour de soi conduit à être acteur de la transformation de la société. Il ne s'agit pas seulement de « responsabiliser », d'« autonomiser », d'« équiper » chacun individuellement. Il s'agit de prendre conscience des besoins pour y remédier, d'ouvrir des portes

**INDIVIDUELLE
ET COLLECTIVE,
LA DÉMARCHE
D'EMPOWERMENT PORTE
AUSSI EN ELLE UNE
DIMENSION POLITIQUE.**

Dans le domaine de la santé et de la lutte contre le sida, Ikambere tient effectivement cette place d'acteur du changement, dans la mesure où l'association est devenue un acteur incontournable de la lutte contre le VIH, impliqué dans l'établissement des plans nationaux et des directives ministérielles sur le sujet, et sollicité pour la formation du personnel médical. Quand Emmanuel Macron et son épouse visitent l'hôpital Delafontaine à Saint-Denis pour la journée

mondiale de lutte contre le sida le 1^{er} décembre 2017, c'est Bernadette Rwegera qui est invitée pour présenter au couple présidentiel les activités associatives.

On ne dira jamais assez que les immigrés qui arrivent en France sont des battants, plein de ressources. Loin de l'image de l'immigrée assistée, Ikambere nous montre des femmes qui s'épaulent pour faire face aux difficultés de la vie en France, difficultés ici amplifiées par la maladie. Parcours de solidarités et de résiliences, ces histoires de femmes nous rappellent tout ce que peuvent accomplir celles et ceux à qui on fait confiance, et la place qu'ils peuvent prendre dans la société. À condition qu'ils soient soutenus, reconnus à leur juste place et insérés dans le tissu institutionnel et associatif.



Épiloge

**8 MARS 2019,
L'EMPOWERMENT
SUR LES PLANCHES**



Mars 2019 : je reçois une invitation d'Ikambere qui propose une journée portes ouvertes à l'occasion du 8 mars, journée internationale des droits des femmes. Avec surprise, fierté et un peu d'inquiétude aussi, je découvre le titre de la journée : « Nous vous invitons à venir débattre, partager, échanger avec les femmes d'Ikambere sur l'*empowerment* » Ainsi, l'équipe s'est complètement saisie de ce concept d'*empowerment* que je leur ai proposé comme fil directeur pour parler de leur histoire. Mais quel sens peut avoir ce terme anglais pour les femmes directement concernées ? Plutôt que de les aider, ce jargon intellectuel ne va-t-il pas tout compliquer ? Il est prévu que les femmes racontent sous forme de saynètes les ingrédients de la recette d'Ikambere qui leur a permis de se relever, de faire face, de repartir. Dans un coin de la salle à manger, deux jours de suite, j'assiste à la préparation de ces saynètes. Chaque femme donne ses idées d'anecdotes, partage un peu de son parcours pour imaginer cette histoire de femme qui se remet debout, qui reprend sa vie en main. Awa, Madeleine, Roxane, bénéficiaires de l'association, deviennent pour une heure assistante sociale, éducatrice thérapeutique, conseillère en insertion professionnelle, animatrice. Avec des fous rires, car au passage elles miment celles qu'elles incarnent et forcent joyeusement le trait, elles passent du côté de celles qui aident et donnent leur définition de ce que c'est que retrouver sa force de vie, redevenir puissantes. Au début intimidées à l'idée d'avoir à se mettre en scène devant un public, peu à peu elles se lâchent, libèrent leurs talents de comédiennes, et réussissent ce tour de force de faire rire tout le monde en jouant une femme qui arrive dans le bureau de l'assistante sociale et qui a connu tous les malheurs du monde. L'actrice improvise, en rajoute, joue de gros sanglots, se tord les mains, multiplie les demandes à l'assistante sociale. Une jeune femme, jusque-là discrète dans un coin, éclate de rire : « Ça, c'est exactement moi quand je suis arrivée ici ! » Magie de la comédie qui tient le malheur à distance et le conjure en le racontant.

Une des comédiennes joue celle qui a retrouvé logement, travail, et un compagnon avec qui elle sait se protéger des risques sexuels. « Ça, c'est la femme du 8 mars ; ça, c'est la femme du *power*! » s'exclame l'une d'elles. Le concept est parfaitement intégré...

ÇA, C'EST LA
FEMME DU 8 MARS ;
ÇA, C'EST LA FEMME
DU *POWER*!

Elles sont prêtes à vivre, et moi je suis éblouie par cet exemple d'*empowerment* collectif, plus instructif que bien des manuels théoriques.







QUELQUES RÉFÉRENCES

Marie-Hélène Bacqué et Carole Biewener,
L'Empowerment, une pratique émancipatrice ?,
Paris, La Découverte Poche, 2015.

Paolo Freire,
Pédagogie des opprimés [1974],
Paris, Libertalia, 2018.

William A Ninacs,
Empowerment et intervention
Développement de la capacité d'agir et de la solidarité,
Québec, Presses de l'Université Laval, 2008

Nina Wallerstein,
« What is the evidence on effectiveness
of empowerment to improve health ? »,
Copenhague, World Health Organization, février 2006.



Ikambere, « la maison accueillante », est une association loi 1901 fondée en 1997. Située à Saint-Denis, elle est un lieu chaleureux destiné aux femmes vivant avec le VIH. Les femmes sont, pour la plupart, orientées par les hôpitaux de la région pour bénéficier d'une prise en charge globale dont l'objectif est l'accès à l'autonomie et au bien-être. Ikambere est un lieu de liberté où les femmes peuvent exprimer leurs angoisses, leurs espoirs et rompre l'isolement.

Pour cela, Ikambere offre un accompagnement pluridisciplinaire grâce à une équipe d'une vingtaine de professionnels (assistantes sociales, coach sportif, socio-esthéticienne, diététicienne, etc.) tout en s'adaptant aux besoins spécifiques de chaque femme. L'association fonde son action sur des valeurs telles que la solidarité et la tolérance afin de favoriser le partage d'expériences et lutter contre les discriminations. L'accueil quotidien est rythmé par un repas chaud, des échanges avec des professionnels du secteur médico-social, un accompagnement personnalisé assuré par des assistantes sociales et des activités favorisant la confiance et l'estime de soi, indispensables au pouvoir d'agir et à l'accès à l'autonomie.

Ikambere mène également des actions « hors les murs » de prévention et de dépistage auprès des populations éloignées du système de soin (foyers de travailleurs migrants, hôtels sociaux, permanences hospitalières, etc.).

Depuis 1997, Ikambere a accompagné près de 3 500 femmes vers l'autonomie.

L'association est soutenue par des financeurs publics (Agence régionale de santé, Direction générale de la santé, Fonds asile migration et intégration, Conseil départemental, Préfecture de la Seine-Saint-Denis, Direction régionale et interdépartementale de l'hébergement et du logement, Direction départementale de la cohésion sociale, mairie de Paris, mairie de Saint-Denis, etc.) et privés (associations, fondations et mécènes).

Association Ikambere
39, boulevard Anatole-France 93200 Saint-Denis • 01 48 20 82 60 • direction@ikambere.com
www.ikambere.com

L'association Ikambere et toutes les femmes qui en ont fait leur maison adressent leurs chaleureux remerciements à toutes celles et à tous ceux qui ont permis et soutenu depuis vingt-deux ans l'existence d'Ikambere.

Nous remercions tout particulièrement Annabel Desgrées du Loû et Jano Dupont qui ont bien voulu, par ce livre, porter au loin les échos des femmes d'Ikambere, le laboratoire Viiv Healthcare et la Fondation Sanofi Espoir, qui nous soutiennent sur le long terme, Bernard Huart pour la Fondation Valoris et Jean-Claude Bourdeau pour la Fondation PMI, qui ont eu l'audace et la délicatesse de croire en ce projet de livre et nous ont soutenus pour le réaliser, sans oublier Bernard Stéphan, Charlotte Goure et Camille Deltombe des Éditions de l'Atelier, qui ont permis par leur confiance et leur enthousiasme que ce livre existe

Que tous nos partenaires trouvent à travers ce livre l'expression de notre profonde gratitude

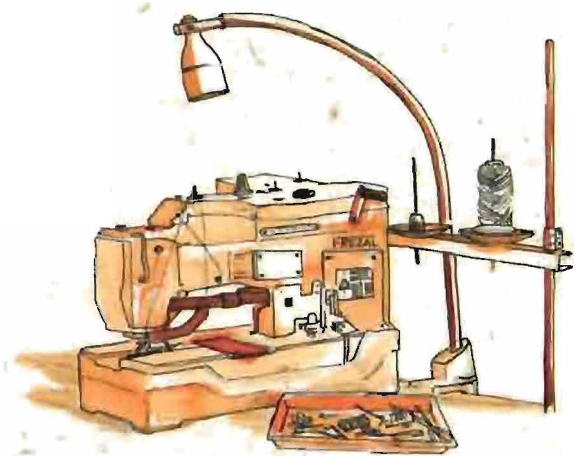
TABLE DES MATIÈRES

Préface	5
Préambule : du Sénat à Saint-Denis	7
Introduction	11
Chapitre 1 Au départ : une rencontre entre femmes battantes	15
Chapitre 2 Retrouver une maison	29
Chapitre 3 La preuve par les paires	41
Chapitre 4 S'installer en France	57
Chapitre 5 Prendre les rênes de sa vie en main	71
Chapitre 6 Des temps de récréation	87
Chapitre 7 Évoluer sans cesse pour s'adapter	99
Chapitre 8 Un lieu de croissance pour celles et ceux qui y travaillent	111
Conclusion Des femmes qui retrouvent leur puissance de vie	123
Épilogue 8 mars 2019, l'empowerment sur les planches	129
Quelques références	135



Responsable éditoriale Charlotte Goure
Assistante d'édition Alice Donet
Conception et réalisation graphique Amandine Bornibus

Achevé d'imprimer sur les presses de Corlet Imprimeur
14110 Condé-en-Normandie
N° d'éditeur 6712 – N° fab 6936 – N° d'imprimeur 19070230
Dépôt légal novembre 2019
Imprimé en France



IKAMBERE

La maison qui relève les femmes

Au cœur de Saint-Denis, il est un lieu où les femmes migrantes touchées par le VIH/sida trouvent refuge. Créée il y a vingt-deux ans par Bernadette Rwegera, Rwandaise, l'association Ikambere parie sur la puissance de vie de ces femmes atteintes d'une maladie qui les isole, pour la plupart venues d'Afrique et confrontées aux aspects les plus durs de l'exil.

Ce livre raconte comment, ensemble, ces femmes se relèvent et reviennent à la vie : l'accueil inconditionnel et chaleureux à Ikambere, autour d'un repas, comme en famille ; le partage avec d'autres qui ont connu les mêmes difficultés ; l'acquisition des clés pour s'installer en France, comprendre et contrôler sa maladie ; la place de la fête et de la joie !

À la manière d'un carnet de voyage, les illustrations restituent la saveur de la vie à Ikambere : le repas, les séances d'esthétique ou de danse dans lesquels puiser l'énergie pour les petits combats du quotidien.

Le récit retrace l'épopée de ces femmes puissantes ; il donne aussi la parole aux professionnels qui les accompagnent.

Ikambere aide les femmes à se redresser, mais ce sont elles seules qui trouvent au plus profond d'elles-mêmes la force d'avancer, de faire des projets et de les réaliser.

Annabel Desgrées du Lou, l'auteure, est directrice de recherche à l'Institut de recherche pour le développement, membre du Centre population développement (Ceped) à l'université Paris Descartes et directrice adjointe de l'Institut Convergences Migrations. Elle a notamment publié *Parcours de vie et santé des Africains immigrés en France* (La Découverte, 2017).

Jano Dupont, l'illustrateur, a passé son enfance en Côte d'Ivoire. Après des études de biologie marine dans différents endroits du globe, il est revenu vivre à Paris. Il raconte en dessins sa rencontre des autres et ses voyages, à l'autre bout du monde comme aux portes du Périphérique.

Les droits d'auteur de ce livre sont reversés à l'association Ikambere.

LES ÉDITIONS DE L'ATELIER
Les Éditions Ouvrières
51-55, rue Hoche
94200 Ivry-sur-Seine
www.editionsatelier.com
Prix : 19,90 €
ISBN : 978-2-7082-4623-2

